

# \* 相 談 窓 口 \*

	相談窓口	電話番号	相談時間	
①心の悩み・心の不調	下越地域いのちとこころの支援センター	0254-28-8880	平日 8:30~17:15 (土日・祝日・年末年始を除く)	
	新潟県こころの相談ダイヤル	0570-783-025	毎日 24 時間	
	新潟いのちの電話	025-288-4343	毎日 24 時間	
	いのちの電話フリーダイヤル	0120-783-556	毎月 10 日 8:00~翌日 8:00 毎日 16:00~21:00	
	よりそいホットライン	0120-279-338	毎日 24 時間 (通話料無料)	
	村上保健所	0254-53-8369	平日 8:30~17:15 (土日・祝日・年末年始を除く)	
②仕事・就職	労働問題に関する相談	新潟労働相談所	0250-23-6110 平日 9:00~17:00 (土日・祝日・年末年始を除く)	
	就職活動に関する相談	ハローワーク村上	0254-53-4141 平日 8:30~17:15 (土日・祝日・年末年始を除く)	
	15 歳から 39 歳までの 就労支援	下越地域若者サポートステーション村上常設サテライト 若者しごと館 (ジョブカフェにいがた)	0254-50-1553 025-240-3013 平日 10:00~17:00 (土日・祝日・第 2 金曜日休み) 平日 9:30~18:00 (土日・祝日・年末年始を除く)	
③子ども・青少年	いじめ・その他 学校生活に関すること	24 時間子供 SOS ダイヤル	0120-0-78310 毎日 24 時間	
		新潟県いじめ相談電話	0254-26-7509 毎日 24 時間	
	18 歳未満の子どもの 様々な問題	村上市家庭児童相談室	0254-53-3201 (直通)	平日 8:30~17:00 (土日・祝日・年末年始を除く)
		新発田児童相談所	0254-26-9131	平日 8:30~17:15 (土日・祝日・年末年始を除く)
	ひきこもりに関する 相談	ひきこもり相談ダイヤル	025-284-1001	平日 8:30~17:00 (土日・祝日・年末年始を除く)
村上市福祉課総合相談係		0254-75-8941	平日 8:30~17:00 (土日・祝日・年末年始を除く)	
妊娠、出産、子育てや 学校に関する相談	村上市子ども総合相談窓口	0254-75-5567	平日 8:30~17:15 (土日・祝日・年末年始を除く)	
④高齢者	高齢者の生活の 困りごとなど	村上市地域包括支援 センター	0254-75-8937 (直通) 平日 8:30~17:15 (土日・祝日・年末年始を除く)	
⑤女性	妊娠についての相談	にいがた妊娠テレフォン	090-3227-5382 月~土 19:00~21:00 (祝日・年末年始を除く)	
	DV と児童相談専用の 電話相談	村上市家庭児童相談室	0254-53-3201 (直通)	平日 8:30~17:00 (土日・祝日・年末年始を除く)
		DV・児童虐待相談 フリーダイヤル	0120-26-2928	毎日 9:00~22:00
子どもや女性に関する 電話相談	子ども・女性電話相談	025-382-4152		
⑥法律	県内の様々な相談窓口 の紹介	法テラス新潟	0570-078-328 平日 9:00~17:00 (土日・祝日・年末年始を除く)	
	借金はじめ法律問題に 関する相談全般	新潟県弁護士会法律 相談センター村上相談所	025-222-5533 【受付】平日 9:00~17:00 【相談】火曜 10:15~12:45	
⑦消費	商品や契約などの苦情 多重債務に関する相談	村上市消費生活センター	0254-53-2111 (内線 2233・2234) 平日 9:00~16:00 (土日・祝日・年末年始を除く)	
	生活全般の困りごと など	村上市社会福祉協議会 生活支援センターむらかみ	0254-62-7756 (直通) 平日 8:30~17:15 (土日・祝日・年末年始を除く)	

【お問い合わせ】 村上市役所 保健医療課 健康支援室 0254-53-3364 (直通)

# 村上市こころのほっとガイド



耳をすましてみて

ください

手紙を書いて

みてください

ご飯に

誘って

みてください

あなたの

行動が、  
誰かの明日を  
つくる。

平成 27 年度 いのちを大切にするポスター 最優秀賞

村上市 自殺予防メッセージ

ともにめざす いのちを大切にする故郷を

令和 6 年度 作成版