

はままつ ホツとナビ



⑳ ひとり親サポートセンター(浜松市母子家庭等就業・自立支援センター) 年齢制限なし

ひとり親の就業に関する相談や職業紹介、養育費や面会交流に関する相談

時間 月～金 / 9:00～17:00 (祝日・年末年始除く)

電話 **053-452-7107**

所在地 浜松市中区中央一丁目12番1号 県浜松総合庁舎1階
(しずおかジョブステーション西部と同室)

㉑ 浜松市ヤングケアラー相談窓口 概ね18歳以下

ヤングケアラーに関する相談

時間 月～金 / 8:30～17:00 (祝日・年末年始除く)

電話 **053-457-2040** ※時間外も電話対応可能

メール kosodate@city.hamamatsu.shizuoka.jp

所在地 浜松市中区鍛冶町100-1 ザザシティ浜松中央館5階
(浜松市子育て支援課内)

どこに相談していいかわからない方はこちらへ

㉒ 若者相談支援窓口「わかば」 15歳から39歳

15歳から39歳までの若者とその家族の悩みについて、相談内容にふさわしい支援機関を案内する窓口

時間 月・水・金 / 9:00～16:00 (祝日・年末年始除く)

電話 **053-454-4848**

電話相談の内容により面談あり：火・木 (※要予約)

メール・SNS相談 詳細は青少年育成センターHPをご覧ください

所在地 浜松市中区中央一丁目2-1 イーステージ浜松オフィス棟7階
青少年育成センター内



相談はこちらへ

働くことに関する相談

- ・仕事の相談や紹介をしてほしい……………③(ハローワークコーナー)、④
- ・就労に関わる悩みを聞いてほしい(カウンセリングなど)……………③、⑧
- ・各種就職セミナーを受けたい……………③、④
- ・専門的なスタッフから自分に合った支援プログラムを受けたい……………⑧
- ・就労体験をしてみたい……………⑧
- ・障がいのある人の就労相談……………⑨
- ・福祉関係の仕事に関する就職相談をしたい……………⑯
- ・ひとり親の就業相談をしたい……………⑳

学校生活などに関する相談

- 不登校、いじめ、学校生活などについて相談したい
- ・小、中学校に関する相談……………①
- ・高校に関する相談……………②

健康に関する相談

- ・健康全般について相談したい……………⑱
- ・こころの健康について相談したい……………⑨、⑩
- ・薬物、アルコール等の依存問題などについて相談したい……………⑩
- ・妊娠全般や不妊について相談したい……………⑮

ひきこもりに関する相談

- ・ひきこもりについて相談したい……………⑩

発達障害に関する相談

- ・自閉スペクトラム症(ASD)、注意欠如・多動症(ADHD)、限局性学習症(SLD)などの発達障がいについて相談したい……………⑪

子ども・子育てに関する相談

- ・18歳未満の児童の養育、虐待、非行、障がいなどに関する相談をしたい……………⑥
- ・子育て、児童虐待などに関する相談をしたい……………⑰
- ・心配な子育て家庭があるがどこに相談していいかわからない……………⑦
- ・養育費や面会交流に関する相談をしたい……………⑳
- ・ヤングケアラーに関して相談したい……………㉑

配偶者やパートナーなどの暴力に関する相談

- ・配偶者やパートナーなどの暴力について相談したい……………⑬、⑰

少年の非行問題に関する相談

- ・少年の非行問題や犯罪被害について相談したい……………⑤

日本に住む外国人の相談

- ・日本に住む外国人が暮らしにくいうえでの困りごとを相談したい……………⑫

生活に関する相談

- ・生活全般について相談したい……………⑯
- ・生活や経済的な相談をしたい……………⑭
- ・障がいがある人やその家族の生活の困りごと等について相談したい……………⑲
- ・ひとり親ならではの暮らしの悩みを相談したい……………⑳

どこに相談していいかわからない方……………㉒

① 教育総合支援センター **小・中学生**

小・中学生の不登校、いじめ、学校生活など学校教育に関する相談

時間 月～金 / 8:30～17:15 (祝日・年末年始除く)
 電話 **053-457-2424**
053-451-0022 <いじめ子どもホットライン365日24時間対応>
 所在地 浜松市中区中央一丁目2-1 イーステージ浜松オフィス棟7階

② 静岡県総合教育センター **小・中・高校生**

・子どもの悩み相談
 ・保護者との教育相談、悩み相談(学校生活、性格・行動、家庭生活、発達など)

時間 月～金 / 10:00～17:00 (年末年始除く)
 電話 **0537-24-8686** ※教育相談 ハロー電話「ともしび」

③ しずおかジョブステーション西部 (静岡県西部県民生活センター) **中学卒業以上**

就職相談、キャリアカウンセリング、就職支援セミナー、職業紹介(ハローワークコーナー)など(外国人の就職相談も行っています)

時間 月～金 / 9:00～17:00 (祝日・年末年始除く)
 電話 **053-454-2523 / 053-454-2100** (ポルトガル語通訳添削)
 所在地 浜松市中区中央一丁目12-1 県浜松総合庁舎1階

④ ハローワーク浜松 **中学卒業以上**

職業相談・職業紹介・職業訓練・就職支援セミナーなど

電話 **053-541-8609**

窓口	新卒応援ハローワーク	浜松わかものハローワーク
支援対象	各高校を卒業する方、卒業後3年以内の方	概ね35歳未満の方
日時	月～金 / 9:30～18:00 (祝日・年末年始除く)	
電話	053-540-0008	053-540-2064
所在地	浜松市中区板屋町111-2 浜松アクタタワー7階	

⑤ 静岡県警察浜松地区少年サポートセンター **19歳以下**

少年の非行、犯罪被害等に関する相談

時間 月～金 / 8:30～17:15 (祝日・年末年始除く)
【浜松地区少年サポートセンター】
 電話 **0120-783-410 / 053-475-0299** <相談専用電話>
053-475-0110 <浜松中央警察署代表>
 所在地 浜松市中区住吉五丁目28-1 浜松中央警察署3階
【浜松地区少年サポートセンター浜松東分室】
 電話 **053-460-0110** <浜松東警察署代表>
 所在地 浜松市中区相生町14-10 浜松東警察署別館2階

⑥ 児童相談所 **18歳未満**

児童の養育、虐待、非行、障がいなどに関する相談

時間 月～金 / 8:30～17:15 (祝日・年末年始除く)
 電話 **053-457-2703**
189 <児童相談所虐待対応ダイヤル> (24時間365日対応)
0120-189-783 <児童相談所相談専用ダイヤル> (24時間365日対応)
 メール jidosodan@city.hamamatsu.shizuoka.jp
 所在地 浜松市中区中央一丁目12-1 県浜松総合庁舎4階

⑦ 児童家庭支援センター **18歳未満**

「子育てに悩んでいる」、「心配な子育て家庭があるが、行政には相談しにくい」など、行政機関とは異なる機関からの助言が必要などの相談(※NPO法人しずおか・子ども家庭プラットフォームが運営しています)

時間 月～金 / 9:00～18:00 (祝日・年末年始除く)
 電話 **053-525-9797** ※時間外も電話対応可能
 メール info@npo-platform.com
 所在地 浜松市中区佐鳴台四丁目2-20

⑧ 地域若者サポートステーションはままつ **15歳以上49歳以下**

15歳から49歳までの仕事に就いておらず、家事も通学もしていない方とその保護者・家族を対象にした就職に関する相談
 高校中退者に限り、状況に応じて訪問による就労支援を行う

時間 月～金、土曜(月2回) / 9:00～18:00 (祝日・年末年始除く)
 電話 **053-453-8743**
 所在地 浜松市中区中央一丁目13-3 ウィスティリアE-one 3階
 浜松市若者コミュニティプラザ内

⑨ 障害保健福祉課 **年齢制限なし**

障がいのある人の就労に関する相談、こころの病に関する悩みについての相談など

時間 月～金 / 8:30～17:15 (祝日・年末年始除く)
 電話 **053-457-2864** <就労相談>
053-457-2213 <こころの健康相談>
 所在地 浜松市中区元城町103-2 浜松市役所本館2階

⑩ 精神保健福祉センター **一部年齢制限あり**

ひきこもり相談(※概ね中学卒業以上の方)、アルコール・薬物依存症等相談、がん遺族相談、自死遺族相談、犯罪・事故等の被害者相談、摂食障害の家族の相談など(※要予約)

時間 月～金 / 8:30～17:15 (祝日・年末年始除く)
 電話 **053-457-2709**
 所在地 浜松市中区中央一丁目12-1 県浜松総合庁舎4階

⑪ 発達相談支援センター ルピロ **年齢制限なし**

自閉スペクトラム症(ASD)、注意欠如・多動症(ADHD)、限局性学習症(SLD)がある方や疑いがある方、そのご家族、関係機関からの相談。

時間 月～土 / 8:30～17:00 (祝日・年末年始除く)
 電話 **053-459-2721**
 メール rupiro-office@kodomoplatform.com
 所在地 浜松市中区鍛冶町100-1 サザシティ浜松中央館5階

⑫ 多文化共生センター **年齢制限なし**

多言語による生活相談、入国・在留手続きの相談、メンタルヘルス相談、弁護士相談、行政書士相談、雇用相談、税務相談など各種相談。
 ポルトガル語、英語、スペイン語、中国語、フィリピン語、ベトナム語、インドネシア語、その他の言語に対応。

時間 曜日や内容によって異なる
 電話 **053-458-2170**
 所在地 浜松市中区早馬町2-1 クリエイト浜松4階

⑬ DV相談専用ダイヤル **年齢制限なし**

配偶者・パートナーなどの暴力に関する相談(電話相談)

時間 毎日 / 10:00～16:00 (12/29～1/3 除く)
 電話 **053-412-0360**

⑭ 生活自立相談支援センター つながり **年齢制限なし**

様々な要因で生活にお困りの方を対象にした、生活や経済的な課題などに関する総合的な相談

窓口	生活自立相談支援センター つながり	生活自立相談支援センター つながり浜北
支援対象	浜北・中区・南区・西区・北区にお住まいの方	おもに浜北区・天竜区にお住まいの方
日時	月～金 / 9:00～17:30 (祝日・年末年始除く)	月～金 / 9:00～17:00 (祝日・年末年始除く)
電話	053-488-9000	053-587-5005
メール	tng0500@sis.seirei.or.jp	sou-tsunagari@tenryu-kohseikai.or.jp
所在地	浜松市中区元城町218-26 聖隷ビル1階	浜松市浜北区小林1272-1 ふれあい交流センター浜北内

⑮ はままつ女性の健康相談 **年齢制限なし**

思春期、妊娠、出産、子育て、更年期、女性特有のがん、不妊(男性相談可)など、女性の健康に関する相談。思いがけない妊娠や望まない妊娠の相談(妊娠SOS相談)(保健師や助産師が電話・メールでの相談に対応)

時間 月～金 / 8:30～17:00 (祝日・年末年始除く)
 電話 **053-453-6188**
 メール kenko-sos@city.hamamatsu.shizuoka.jp
 浜松市ホームページ内専用フォーム:「はままつ女性健康」(妊娠SOS相談の場合は「はままつ妊娠SOS」)で検索
 ※メール相談のお返事は、数日かかることがあります。お急ぎの場合や詳しい相談をご希望の方は電話相談をご利用ください。

⑯ 浜松市社会福祉協議会 **年齢制限なし**

生活全般に関する相談など
 時間 月～金 / 8:30～17:15 (祝日・年末年始除く) ※全区共通

中区・南区	電話 053-453-0553 所在地 中区成子町140-8 メール hsyakyou@tiara.ocn.ne.jp
東区	電話 053-422-3737 所在地 東区流通元町20-3 メール csw-higashi@arrow.ocn.ne.jp
西区	電話 053-596-1730 所在地 西区舞阪町舞阪2701-9 メール csw-nisi@royal.ocn.ne.jp
北区	電話 053-527-2941 所在地 北区細江町気賀4581 メール csw-kita@royal.ocn.ne.jp
浜北区	電話 053-586-4499 所在地 浜北区小林1272-1 メール csw-hamakita@gaea.ocn.ne.jp
天竜区	電話 053-926-0322 所在地 天竜区二俣町二俣530-18 メール csw-tenryu@gaea.ocn.ne.jp

福祉関係の仕事に関する就職相談など
 時間 月～金 / 8:30～17:15 (祝日・年末年始除く) ※全区共通

浜松市福祉人材バンク(全国)	電話 053-458-9205 所在地 中区成子町140-8 メール hamajinzai@aroma.ocn.ne.jp
----------------	---

⑰ 社会福祉課(家庭児童相談室)

育児・しつけ・児童虐待・障がい・非行・教育など子どもに関係する総合的な相談、配偶者やパートナーなどの暴力に関する相談など

⑱ 健康づくり課 健康についての相談など **年齢制限なし**

時間 月～金 / 8:30～17:15 (祝日・年末年始除く) ※全区共通

	社会福祉課(家庭児童相談室)	健康づくり課
中区	電話 053-457-2300	053-413-5577
	所在地 中区元城町103-2	中区板屋町596 (中央保健福祉センター)
東区	電話 053-424-0121	053-424-0122
	所在地	東区流通元町20-3
西区	電話 053-597-1157	053-597-1174
	所在地	西区雄踏一丁目31-1
南区	電話 053-425-1564	053-425-1590
	所在地	南区江之島町600-1
北区	電話 053-523-2893	053-542-0857
	所在地 北区細江町気賀305	北区引佐町井伊谷616-5 (引佐健康センター)
浜北区	電話 053-585-1677	053-585-1120
	所在地	浜北区貴布祢3000
天竜区	電話 053-922-0173	053-922-0075
	所在地 天竜区二俣町二俣481	天竜区二俣町二俣530-18

⑲ 浜松市障がい者相談支援センター **年齢制限なし**

障がいについての相談など
 時間 月～金 / 8:30～17:15 (祝日・年末年始除く) ※全センター共通

浜松市中障がい者相談支援センター	電話 053-488-8077 所在地 中区和合町555 (和合せいれいの里)
浜松市東障がい者相談支援センター	電話 053-424-0371 所在地 東区流通元町20-3 (東区役所内)
浜松市西・南障がい者相談支援センター	電話 053-597-1124 所在地 西区雄踏一丁目31-1 (西区役所内)
浜松市北障がい者相談支援センター	電話 053-523-2255 所在地 北区細江町気賀305 (北区役所内)
浜松市浜北・天竜障がい者相談支援センター	電話 053-587-1010 所在地 浜北区平口1604-1 (浜北保健センター内)
障がい者相談支援事業所「シグナル」	電話 053-586-8804 所在地 浜北区高薮775-1 (浜松市発達医療総合福祉センター内)

家康くん

各機関の詳しい情報は、こちらからご覧になれます

