

身近な相談窓口一覧（利根沼田版）

分 類	窓口 相談名	相談形態			電話番号・場所	受 付
		電話	面談	メール		
悩み こころの相談	群馬いのちの電話 (死にたい辛さを受け止めます)	○			027-212-0783	午前9:00～深夜0:00 (第2・4金は24時間対応)
	フリーダイヤル自殺予防「いのちの電話」	○			0120-783-556	毎月10日（24時間対応）
	よりそいホットライン（社会的包摂サポートセンター）	○			0120-279-338	年中無休（24時間対応）
	ライフサポートぐんま（連合群馬） (勤労者・求職者を対象にしたカウンセリング)	○	○		0120-797-052	毎週木・土 午後2:00～午後7:00（面談は予約制）
	群馬県こころの健康センター	○	○	○	027-263-1156	午前9:00～午後5:00（土日・祝日を除く） [メール・SNS] kokoro@pref.gunma.lg.jp
	こころの健康相談統一ダイヤル	○			0570-064-556	午前9:00～午後10:00（土日・祝日を除く）
	こころの健康相談（利根沼田保健福祉事務所）	○	○		0278-23-2185 (利根沼田振興局)	【予約制】精神科医による相談（日時はお問い合わせ）
	精神保健福祉相談（沼田市 社会福祉課）	○	○		0278-23-2111 (テラス沼田3階)	保健師による相談は随時受付（土日、祝日を除く）
	働く人のメンタルヘルス相談（県庁労働政策課）	○	○	○	027-226-3008	【予約制】第2・4火曜日（祝日を除く）午後1:00～4:00 [メール] e-counseling@pref.gunma.lg.jp
健康相談	にこにこ健康チェック（沼田市 健康課）	○	○		0278-23-2111 (テラス沼田3階)	市内の会場で実施（日時・場所はお問い合わせ） 電話相談は随時受付（土日、祝日を除く）
労働	沼田総合労働相談コーナー（沼田労働基準監督署）	○	○		0278-23-0323	午前8:30～午後5:15（土日・祝日を除く）
	ぐんま県民労働相談センター（県庁労働政策課）	○	○		0120-54-6010	午前9:00～午後5:15（土日・祝日を除く）
多重債務 法律相談	沼田市消費生活センター (多重債務・悪徳商法・契約トラブル)	○	○		0278-20-1500 (テラス沼田3階)	午前9:00～午後4:00（土日・祝日を除く）
	法テラス群馬 (借金・離婚等の法的トラブル)	○	○		0570-078374 (しのめ信用金庫前橋営業部4階)	午前10:00～午後3:30（土日・祝日を除く） [メール] 法テラスホームページ参照
	多重債務相談（前橋財務事務所）	○			027-221-4495	午前8:30～午後4:30（土日・祝日を除く）
	法律相談（群馬弁護士会）		○		027-234-9321 (沼田商工会議所)	【予約制】第2・4火曜日 午後1:00～午後4:00 （初回無料の場合あり）
	無料法律相談（沼田市社会福祉協議会）		○		0278-25-3267 (沼田市保健福祉センター)	【予約制】第3水曜日 午後1:30～午後4:00
	司法書士総合相談センター（群馬司法書士会） (登記・相続・土地建物の売買等の法律相談)		○		027-221-0150	第2・4土 午後1:00～午後4:00
犯罪被害	警察安全相談室（群馬県警）	○			027-224-8080	短縮「#9110」
	女性相談者専用ダイヤル（群馬県警）	○			027-224-4356	
	振り込め詐欺被害防止ホットライン（群馬県警）	○			027-224-5454	24時間対応
生活困窮	沼田市 社会福祉課 保護係	○	○		0278-23-2111 (テラス沼田3階)	午前8:30～午後5:15（土日・祝日を除く）
高齢者	沼田市地域包括支援センター	○	○		0278-22-1112 (沼田市保健福祉センター2階)	
女性	DV相談電話（群馬県女性相談センター） (夫や恋人からの暴力)	○		○	027-261-4463	午前9:00～午後5:00（祝日を除く） [メール] konnanjosei@pref.gunma.lg.jp
	DV相談+（プラス）（内閣府）	○		○	0120-279-889	24時間対応 [メール・チャット] URL: http://soudanplus.jp/
	とらいあんぐるん相談室（ぐんま男女共同参画センター） (家庭問題、女性の自立や能力の発揮、性差など)	○		○	027-224-5210	火・水・金・日 午前9:00～午後4:00（祝日を除く）
	女性の人権ホットライン（前橋地方法務局） (セクハラやDV等の人権侵害)	○		○	0570-070-810	午前8:30～午後5:15（土日・祝日を除く） [メール] 法務省ホームページ参照
青少年 子ども	沼田市子ども家庭センター	○	○		0278-22-0874 (テラス沼田3階)	午前8:30～午後5:15（土日・祝日を除く）
	青少年相談（沼田市 生涯学習課） (思春期・青少年相談)	○	○	○	0278-23-5411 (テラス沼田3階)	午前9:00～午後4:00（土日・祝日を除く） [メール] y-soudan@city.numata.lg.jp
	24時間子供SOSダイヤル（群馬県総合教育センター）	○			0120-0-78310	24時間対応
	子どもホットライン24（群馬県中央児童相談所） (18歳未満の子どもに関すること)	○		○	0120-783-884 027-263-1100(携帯用)	24時間対応 [メール] kodomo-soudan@pref.gunma.lg.jp
	子どもの人権110番（前橋地方法務局）	○		○	0120-007-110	午前8:30～午後5:15（土日・祝日を除く）
人権	みんなの人権110番（前橋地方法務局）	○		○	0570-003-110	[メール・LINE] 法務省ホームページ参照
ひきこもり	ひきこもり相談（群馬県ひきこもり支援センター）	○			027-287-1121	午前9:00～午後5:00（土日・祝日を除く）
障害者	利根沼田障害者相談支援センター	○	○	○	0278-25-3781 (テラス沼田6階)	午前8:30～午後5:15（土日・祝日を除く）
	障害者就業・生活支援センター・コスモス	○	○	○	0278-25-4400 (テラス沼田6階)	[メール] 北毛清流会ホームページ参照
総合	ふれあい総合相談（沼田市社会福祉協議会） (心配ごと、結婚、人権、行政)		○		0278-25-3267 (沼田市保健福祉センター)	第1・第3月 午後1:00～午後3:00（祝日を除く）

