

無料相談案内

●市などが行う相談

※電話番号の表示のない相談先は、上越市役所（〒943-8601 木田1-1-3、☎025-526-5111）です。

※「子どもほっとライン」を除き、祝日と年末年始（12月29日～1月3日）は休みます。

※市民プラザでの「女性相談」は、第3水曜日（祝日の場合はその翌日）が休館日のため休みます。

相談の種類	開設日	開設時間	相談先
市民相談	月～金曜日	8:30～17:15	市民相談センター（内線1107）
消費生活相談	月～金曜日	8:30～17:15	消費生活センター（市役所木田庁舎内、☎025-525-1905）
司法書士相談（多重債務相談を含む） 要予約	火曜日	13:30～15:30	市民相談センター（内線1107） ※多重債務相談は消費生活センター （市役所木田庁舎内、☎025-525-1905）
弁護士相談（多重債務相談を含む） 要予約	金曜日	13:30～15:30	
高齢者福祉相談	月～金曜日	8:30～17:15	すこやかなくらし包括支援センター（福祉交流プラザ内、☎025-526-5623） 高齢者支援課、各総合事務所、各地域包括支援センター
障害者福祉相談	月～金曜日	8:30～17:15	すこやかなくらし包括支援センター（福祉交流プラザ内、☎025-526-5623） 福祉課、各総合事務所 基幹相談支援センター（福祉交流プラザ内、☎025-524-7500）
健康相談	月～金曜日	8:30～17:15	健康づくり推進課、各総合事務所
こころの健康相談	月～金曜日	8:30～17:15	すこやかなくらし包括支援センター（福祉交流プラザ内、☎025-526-5623） 各総合事務所
子どもの虐待相談	月～金曜日	8:30～17:15	すこやかなくらし包括支援センター（福祉交流プラザ内、☎025-526-5623）
子どもほっとライン	年中無休	24時間受付	教育センター（教育プラザ内、☎025-543-2199）
若者ほっとライン	月～金曜日	9:00～17:00	青少年健全育成センター（教育プラザ内、☎025-544-4690）
女性相談	月～土曜日	9:00～17:00	男女共同参画推進センター（市民プラザ内、☎025-527-3614） ※公の施設での出張相談も行っています。出張相談希望日の3日前までに予約してください。
	(火曜日の電話相談は19:00まで)		
就職相談	月～金曜日	9:30～18:00	ハローワークプラザ上越（センバンビル2階（本町3）、☎025-523-0453）
若者の就職相談	月～金曜日	9:30～18:00	若者しごと館上越サテライト（センバンビル2階（本町3）、☎025-520-9115）
	月～金曜日	8:30～17:00	上越地域若者サポートステーション（福祉交流プラザ内、☎025-524-3185）
助産師の健康相談室	月・金曜日	9:30～11:30	上越助産師会（☎025-522-5219） ※面談は予約が必要です（当日予約可）。相談会場は問い合わせてください。
		18:30～20:30 (電話相談のみ)	
	木曜日	9:30～11:30	

●(福)新潟いのちの電話が行う電話相談

新潟いのちの電話	年中無休	24時間受付	新潟いのちの電話（上越）（☎025-522-4343）
----------	------	--------	-----------------------------