

今後の取り組みの方向性について

現在の課題

- 自殺者数が下げ止まりとなっている。
- 自殺者の傾向は、「40代～50代の男性」が多く、「女性」「若年層」も増加している。
- 自殺の原因・動機は、「健康問題」が最も多く、うつ病など、こころの不調に関する相談件数も増えている。
- 「家庭問題」や「生活困窮」など、自殺の関連要因についての相談件数が増加傾向であり、庁内外関係部署間の連携の必要性が高まっている。

★社会背景として、人や地域とのつながりが弱まっており、悩みがあっても相談できない、気づいてもらえないなど、適切な相談機関につながらない人が増加していると考えられる。

今後の取り組みの方向性

ネットワークの強化

自殺の要因となる様々な問題に対応できるよう、庁内外の関係部署や、地域の様々な関係者の連携を強化

- ・ 連携会議、ネットワークの推進
- ・ 重層的支援体制の整備

人材の育成

自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応を図ることができる人材（ゲートキーパー）の養成を推進

- ・ 動画などを活用した研修の拡充
- ・ 市職員、関係機関への研修の推進

啓発と周知

「自殺は誰にでも起こりうる危機」ということを幅広く啓発し、こころの健康や相談先についての情報を周知

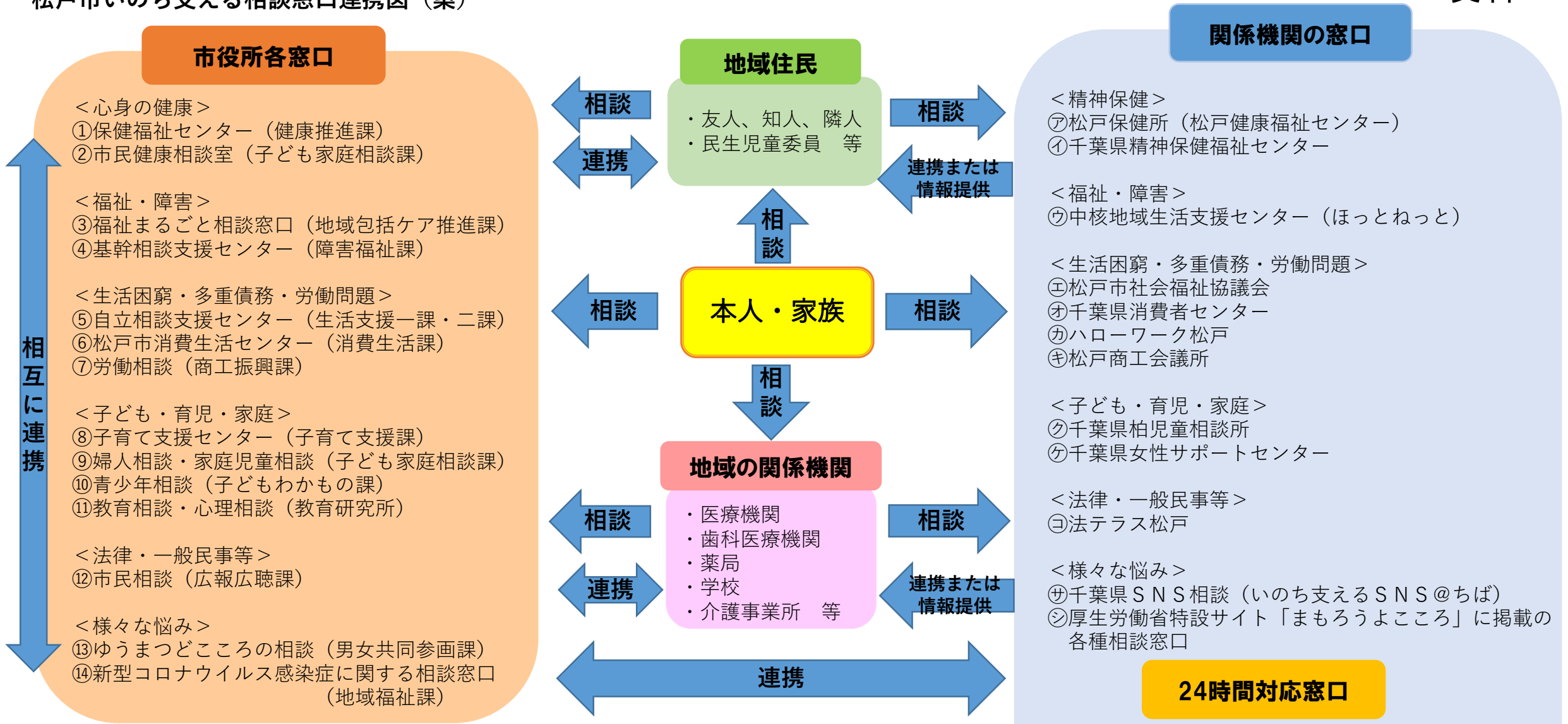
- ・ SNSや動画などを活用
- ・ 様々な分野との連携

生きることの促進

生きづらさを抱える人や孤立している人が、誰かとつながり、相談できる環境の整備

- ・ SNS等を活用した相談機能の強化
- ・ 様々な分野における居場所づくり

松戸市いのち支える相談窓口連携図（案）



いま、目の前にいる相談者は、たくさんの悩みを抱え、こころが押しつぶされそうな状態かもしれません。次の窓口につなぐ必要がある場合、配慮ある「橋渡し」が相談者の支えになります。

【橋渡しの例】・次の窓口まで同行する ・次の窓口の担当者に事前に連絡を入れておく
・次の窓口の連絡先、場所、受付時間等をメモに書いて相談者に渡す

相談窓口情報【案】

心身の健康に関する相談窓口



市 ①保健福祉センター

来所・電話・FAX メール

月～金曜日 8:30～17:00（祝日・年末年始を除く）

中央保健福祉センター ☎047-366-7489 Fax 047-363-9766
小金保健福祉センター ☎047-346-5601 Fax 047-344-3400
常盤平保健福祉センター ☎047-384-1333 Fax 047-394-5223
【メール 3センター共通】 <成人>mckenkou@city.matsudo.chiba.jp
<母子>mcboshihoken@city.matsudo.chiba.jp

健康に関する相談や妊娠中の生活、乳幼児の発育、発達、栄養、お口の健康に関する相談に対応します。【相談員：保健師、栄養士、歯科衛生士】

市 ②市民健康相談室

来所・電話

月～金曜日 8:30～17:00（祝日・年末年始を除く）

本庁市民健康相談室（市役所本館1階） ☎047-366-1111(内線7750)
矢切市民健康相談室（矢切支所内） ☎047-362-3181(支所代表)
東部市民健康相談室（東部支所内） ☎047-392-3061(支所代表)*
※R3.12月支所移転に伴い変更予定
常盤平市民健康相談室（常盤平支所内） ☎047-387-2131(支所代表)
六実市民健康相談室（六実市民センター内） ☎047-384-2525(直通)
小金市民健康相談室（小金保健福祉センター内） ☎047-346-5601(直通)
馬橋市民健康相談室（馬橋支所内） ☎047-345-2133(直通)
小金原市民健康相談室（小金原支所内） ☎047-344-4151(支所代表)
新松戸市民健康相談室（新松戸支所内） ☎047-343-5111(支所代表)

- ・市民の身近な健康相談の場として保健師がご相談をお受けしています。妊娠中や子育て中の母子の健康や育児についての相談も受け付けています。
- ・各種届出により健康状態を把握し、必要に応じて支援につなげています。【相談員：保健師】

関 ㊦松戸保健所（松戸健康福祉センター）

住所：松戸市小根本7

○精神保健福祉相談

来所(予約制)

第1木曜日、第3月曜日 14時～16時

【予約】☎047-361-2138

おもに精神科受診を検討している方またはご家族に対して、精神保健に関する相談をお受けします。
【相談員：医師、精神保健福祉相談員、保健師】

○酒害相談

来所(予約制)

第3木曜日 14時～16時30分

【予約】☎047-361-2138

アルコール依存症など、アルコールに関するご相談をお受けします。
【相談員：医師、精神保健福祉相談員、保健師】

○思春期相談

来所(予約制)

日時：直接保健所に問い合わせ

【予約】☎047-361-2138

思春期の「からだ」や「こころ」の悩みを持つご本人やご家族等の相談をお受けします。
【相談員：医師・臨床心理士・保健師】

関 ㊧千葉県精神保健福祉センター

住所：千葉市中央区仁戸名町 666-2

月～金曜日 9時～18時30分（祝日・年末年始を除く）

電話

☎043-263-3893(相談専用回線)

こころの悩み、こころの病や障害、医療機関や相談機関情報を知りたい等、こころの健康に関することをご相談ください。

福祉・障害に関する相談窓口



市 ③福祉まるごと相談窓口

来所・電話

月～金曜日 9:00～16:30（祝日・年末年始を除く）

市役所本館1階 地域包括ケア推進課内(市内 3 圏域の一部地域包括支援センター内に設置)
☎047-366-1100 ☎080-3315-9158(中央圏域)
☎080-3315-9185(常盤平圏域) ☎080-3314-7334(小金圏域)

福祉に関する困り事(サービスや制度を知りたい、どこに相談したらよいか分からない等)の相談窓口です。専門職が相談者とともに考え、課題を整理し、必要なサービスを紹介したり、担当の課におつなぎします。【相談員:医療、福祉の専門職】

市 ④基幹相談支援センター

来所・電話・FAX メール

月～金曜日 8:30～17:00（祝日・年末年始を除く）

※中央基幹相談支援センターCoCoは 19:00 まで

中央基幹相談支援センターCoCo (総合福祉会館 2 階)	☎047-308-5028	Fax 047-366-1138
	メール matsudo-kikan@bz04.plala.or.jp	
小金基幹相談支援センター	☎047-712-2112	Fax 047-712-2126
	メール kikan-kogane@matsusato.or.jp	
常盤平基幹相談支援センターふれあい (健康福祉会館内)	☎047-388-6225	Fax 047-388-6222
	メール fureai-kikan@bz04.plala.or.jp	

障害福祉サービスに関することなど、様々な困りごとや悩みについて、専門機関や地域の様々な方々と協力し、必要な情報提供をしながら、一緒に解決方法を考えていきます。必要に応じてご自宅などにも訪問します。

令和 3 年度から 3 か所に増え、ひきこもりに関する相談も受け付けるようになりました。

【相談員:専門相談員】

関

㊦中核地域生活支援センターまつど（ほっとねっと）

住所：松戸市新松戸 4-129-101

年中無休

電話・FAX メール

☎047-309-7677(専門相談電話)

Fax 047-309-7678

メール info-hotnet@harutaka-aozora.org

相談者の対象は問いません。様々な障害をお持ちの方、ご家族の方々や地域の援助者、ボランティアの方などから、福祉に関するあらゆる相談をお受けします。また、緊急相談については、24時間365日、いつでもお受けしています。

生活困窮・多重債務・労働問題に関する相談窓口



市

㊧自立相談支援センター

来所・電話・FAX

月～金曜日 9:00～17:00（祝日・年末年始を除く）

市役所本館 3階 ☎047-366-0077 Fax 047-366-0550

経済的な不安を抱える方の相談をうかがい、就職・住居・家計管理・子どもの学習などの様々な困りごとに対して問題を整理し、それらの解決に向けて相談支援員が寄り添って支援を行います。
【相談員：専門の相談支援員】

市

㊨松戸市消費生活センター

来所・電話

月～金曜日 8:30～16:00（祝日・年末年始を除く）

京葉ガスF松戸第2ビル 5階 ☎047-365-6565

市民の方の商品やサービスの契約トラブルなどの消費生活に関する相談を受付け、解決のための助言などを行っています。【相談員：専門の消費生活相談員】

市

⑦労働相談

来所・電話

月・木曜日 17:00～20:00（年末年始・第3木曜日を除く）

松戸市勤労会館 ☎047-365-9666

労働問題に関するトラブル等でお悩みの方の相談に、社会保険労務士がお答えします。
【相談員：社会保険労務士】

関

㊦松戸市社会福祉協議会

住所：松戸市上矢切 299-1

月～金曜日 8:30～17:00（祝日・年末年始を除く）

来所(予約制)・電話

☎047-368-0912

○生活福祉資金貸付制度

低所得者世帯、高齢者世帯、障害者世帯等に対して、資金の貸付と必要な相談支援を行うことによって、自立と生活の安定を図ることを目的とする貸付制度です。

○総合支援資金貸付・緊急小口資金貸付

休業等により収入が減少された方(世帯)に対して生活費等の資金の貸付を行っています。

関

㊧千葉県消費者センター

住所：船橋市高瀬町 66-18

月～土曜日(祝日・年末年始を除く)
9時～16時30分(土曜日は16時まで)

来所(予約制)・電話

☎047-434-0999(相談専用電話)

消費生活や多重債務、個人情報保護に関してお困りの際はご相談ください。

関

㊨ハローワーク松戸

住所：松戸市松戸 1307-1 松戸ビル 3階、5階、10階

月～金曜日 8時30分～17時15分（祝日・年末年始を除く）

来所・電話

☎047-367-8609

地域の総合的雇用サービス機関として、職業紹介、雇用保険、雇用対策などの業務を一体的に実施しています。

関 ⑧松戸商工会議所

住所：松戸市松戸 1879-1

月～金曜日 9時～17時（祝日・年末年始を除く）

来所・電話・FAX メール

☎047-364-3111 Fax 047-365-0150
メール info@matsudo-cci.com

松戸市内で営業している商工業者の方は、法人、団体、個人事業主を問わず、どなたでも加入できます。会員になると、様々な情報が得られるほか、各種無料相談を受けることもできます。

子ども・育児・家庭に関する相談窓口

**市** ⑧子育て支援センター

来所・電話

月～金曜日 8:30～17:00（祝日・年末年始を除く）
※ドリーム子育て支援センターのみ 22:00 まで

CMS子育て支援センター（六高台保育園内）	☎047-394-5590
チェリッシュ・サポート・システム（野菊野こども園内）	☎047-308-5580
子すずめ子育て支援センター（子すずめ保育園内）	☎047-387-0124
あおば子育て支援センター（東松戸保育園内）	☎047-387-5456
ドリーム子育て支援センター （さわらびこども園・さわらびドリームこども園内）	☎070-3935-1230
はなみずき子育て支援センター（はなみずきこども園内）	☎047-710-8070
グレース子育て支援センター（大金平グレース保育園内）	☎047-382-6182
風の丘子育て支援センター（風の丘・こどもセンター） （風の丘こども園内）	☎047-375-8447

0歳の赤ちゃんから親子で利用できる「フロア」が開催されており、講座の開催や電話・メールでの子育て相談も行っています。【相談員：各センタースタッフ】

※各センターによって対象・時間・内容が違いますのでチラシ等でご確認ください。

市 ⑨ 婦人相談・家庭児童相談

来所・電話・FAX メール

月～金曜日 9:00～17:00（祝日・年末年始を除く）

中央保健福祉センター3階 【婦人】☎047-366-3955 【家庭児童】☎047-366-3941
Fax 047-366-3901
メール mckodomosoudan@city.matsudo.chiba.jp

○婦人相談:婦人の心配事やDVに関する相談、その他相談を、婦人相談員がお受けします。

【相談員:婦人相談員】

○家庭児童相談:子育ての不安、虐待が疑われる事案、子どもからの相談など、18歳未満の子どもに関する相談を受け付けています。相談者の秘密は守りますので、お気軽にご相談ください。

【相談員:家庭相談員】

市 ⑩ 青少年相談

来所・電話

火～土曜日 9:30～17:00（年末年始を除く）

常盤平児童福祉館 ☎047-384-7867



子ども自身の学校・家庭・友達・性の悩みなど親にも先生にも言えない悩みや、保護者からの子どもとの接し方など、相談員が親身になって相談に応じ、その解決を援助します。

【相談員:家庭教育相談員】

市 ⑪ 教育相談・心理相談

来所(予約制)・電話(予約制)

月～金曜日 8:30～17:00（祝日・年末年始を除く）

教育研究所 【予約】☎047-366-7600

就学相談(年長～中学3年生)、教育(不登校)相談(小学1年生～中学3年生)に関する相談に対応します。【相談員:心理相談員】

関 ㊦松戸保健所（松戸健康福祉センター） 住所：松戸市小根本7

ODV 相談

来所(予約制)・電話

月～金曜日※来所は金曜日のみ 9時～17時（祝日・年末年始を除く）

☎047-361-6651（専用電話）

夫婦間、パートナー間の身体的、精神的、性的等、あらゆる形の暴力について相談をお受けします。

関 ㊧千葉県柏児童相談所 住所：柏市根戸 445-12

月～金曜日 9時～17時（祝日・年末年始を除く）

来所・電話

☎04-7134-4152（電話相談）

18歳未満の児童に関するあらゆる問題について、児童や保護者などからの相談に応じ、児童の最善の利益を図るために、児童や保護者に最も適した援助や指導を行う行政機関です。

関 ㊨千葉県女性サポートセンター 来所(予約制)・電話

電話：24時間 365日

面接：月～金曜日 9時～17時（祝日・年末年始を除く）

☎043-206-8002（相談専用電話）

配偶者や交際相手からの暴力、夫婦不和、ストーカー被害など女性の抱える諸問題について広く相談に応じ、保護・援助を必要とする女性の支援を行っています。

法律・一般民事等に関する相談窓口

市 ⑫市民相談

来所(予約制の場合あり)

内容により異なる ※ホームページ等参照

市役所本館 2 階 相談コーナー 【予約】☎047-366-1162

日常生活での様々な問題や心配ごと、悩みごと等の相談をお受けするとともに、各専門相談員による専門相談を実施しています。【相談員:専門相談員】

関 ㊦法テラス松戸

住所: 松戸市松戸 1879-1 松戸商工会議所会館 3 階

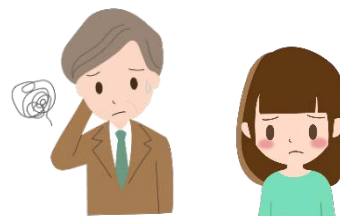
月～金曜日 9 時～17 時 (祝日・年末年始を除く)

来所・電話

☎0570-078316

法的トラブルの解決に向けた情報提供、相談窓口の案内を行っています。一定の収入以下の方には無料法律相談もご案内できます。

様々な悩みに関する相談窓口



市 ⑬ゆうまつどころの相談

【女性】来所(予約制)・電話(予約制) 【男性】電話

【女性のこころの相談】

- ・第 1 月・木曜日(休館日、年末年始を除く) 14 時～20 時
- ・第 2～第 4 月・木曜日(休館日、年末年始を除く) 10 時～16 時

【男性のこころの相談】

第 1・第 3 金曜日 17 時 30 分～20 時 30 分

ゆうまつど ☎047-363-0505

自分の性格や生き方、夫婦やパートナー、親子等の関係、職場や近所の人間関係など悩んでいる方に専門カウンセラーが相談にあたります。【相談員:専門カウンセラー】

市 ⑭新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口

来所(予約優先)・電話・メール

月～金曜日 9:00～16:00 (祝日・年末年始を除く)

市役所本館 2階大会議室 ☎0120-415-111(音声ダイヤルで5番を選択)
メール mccoronasoudan@city.matsudo.chiba.jp

各種給付金に関すること、お住まいに関すること、保育園や学校、子育てに関すること、税金や保険料の納付に関すること、国や県の支援制度等、新型コロナウイルス感染症に起因することであれば内容は問いません。お気軽にご相談ください。【相談員:社会福祉士等】

関 ㊦いのち支える SNS@ちば (千葉県 SNS 相談)

SNS(LINE)

水、土、日曜日(3月は月曜日も追加)
18時～22時

QRコードを掲載

様々なこころの悩みを持つ方へ、専門のカウンセラーが SNS を通じて、こころに寄り添い、支援します。電話や対面では打ち明けづらい仕事・家庭・対人関係などのこころの悩みをメッセージで気軽に相談してください。【相談員:専門カウンセラー】

関 ㊧厚生労働省特設サイト「まもろうよこころ」(各種相談窓口の紹介)

来所・電話・FAX・メール・SNS(LINE、Twitter 等)

URL mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/soudan/

厚生労働省のホームページ「まもろうよこころ」には、電話、SNS など様々な相談方法と窓口が紹介されています。

24 時間対応している相談窓口

♡千葉いのちの電話

住所：千葉市中央区本町 3-1-16CID ビル 1 階

電話：電話番号により異なる(下記参照)
対面：月・火・金・土曜日 11 時、13 時、14 時 30 分

来所(予約制)・電話・メール

☎①043-227-3900(電話相談、24 時間、365 日)
※電話相談時間を変更する場合があります。お手数ですがホームページでご確認ください。
☎②0120-783-556(電話相談、毎月 10 日 8 時～翌日 8 時)
☎③0570-783-556(電話相談、毎日 10 時～22 時)
☎④043-222-4331(対面相談予約)
メール URL <https://www.chiba-inochi.jp/>

仕事、家族、生き方、様々な人間関係、こころの痛みをお話してください。

◇よりそいホットライン

24 時間 365 日

電話・FAX・メール・SNS

☎0120-279-338 Fax 0120-773-776
URL【電話・FAX】<https://www.since2011.net/> 【SNS】<https://comarigoto.jp/>

どんな人のどんな悩みにもよりそって一緒に解決する方法を探します。自殺予防、DV・性暴力、セクシュアルマイノリティ、外国語の専門相談があります。

♣千葉県子どもと親のサポートセンター

住所：千葉市稲毛区小仲台 5-10-2

来所(予約制)・電話・FAX・メール・SNS(中高生対象 LINE)

電話：24 時間 365 日 対面：月～金曜日 9 時～17 時（祝日・年末年始を除く）
SNS：火・木・日曜日 17 時～21 時

☎0120-415-446(サポートセンター相談ダイヤル)
※新規の来所相談は、電話(下記フリーダイヤル)で事前に申し込んでください
(受付時間 平日 8:30～16:30)
☎0120-0-78310(24 時間子供 SOS ダイヤル)
Fax 043-207-6041
メール saposoudan@chiba-c.ed.jp

SNS
QR コードを掲載

学校生活や進路に関すること、こころや身体のこと等、子どもや保護者、教職員の相談を受けています。