

## 心の健康についての相談

心の健康づくりから、精神障害者の社会復帰まで、総合的なメンタルヘルス相談を実施しています。

### 千葉県精神保健福祉センター

〒260-0801 千葉市中央区仁戸名町 666-2  
TEL:043-263-3891 FAX:043-265-3963  
相談専用電話 月曜-金曜  
TEL:043-263-3893 (9:00~18:30)

元気が出ない、眠れない、イライラする、不安だ…、気になったらまずは相談しよう。

### 千葉県市こころの健康センター

千葉市  
在住の方

〒261-0003 千葉市美浜区高浜 2-1-16  
TEL:043-204-1582 月曜-金曜 8:30~17:30  
こころの電話相談 月曜-金曜  
TEL:043-204-1583 (10:00~12:00,13:00~17:00)

## 児童虐待や非行などの相談

若年層  
対象

### 児童相談所

18歳未満の方のあらゆる問題についての相談

- 中央 TEL:043-253-4101  
子ども・家庭110番 TEL:043-252-1152  
(24時間365日対応 20:00~8:30は虐待相談専用)
- 市川 TEL:047-370-1077 電話相談 047-370-5286
- 柏 TEL:04-7131-7175 電話相談 04-7134-4152
- 銚子 TEL:0479-23-0076 電話相談 0479-24-3231
- 東上総 TEL:0475-27-1733 電話相談 0475-27-5507
- 君津 TEL:0439-55-3100 電話相談 0439-55-3100
- 千葉市 TEL:043-277-8880 電話相談 043-279-8080

### 千葉県警察 少年センター

20歳未満の少年の非行・犯罪被害・交友関係などについての相談(保護者への助言指導も行っています)  
〒260-0013 千葉市中央区中央 4-17-3 袖ヶ浦ビル4階  
ヤング・テレホン TEL:0120-783-497  
ナヤミ ヨクナル  
月曜-金曜 9:00~17:00

### 千葉県法務少年支援センター(千葉少年鑑別所)

非行問題などについての相談  
TEL:043-251-4970 月曜-金曜 9:00~17:00  
(12:15~13:00除く)

## 学校生活・発達等についての相談

学生  
対象

高等学校就学相当年齢までの方の不登校、いじめや発達についての相談

### 千葉県子どもと親のサポートセンター

〒263-0043 千葉市稲毛区小仲台 5-10-2  
電話相談 TEL:0120-415-446 ※24時間対応  
来所相談 要予約 月曜-金曜 9時~17時

特別な教育支援(発達や障害に関する)についての相談

### 千葉県総合教育センター特別支援教育部

〒263-0043 千葉市稲毛区小仲台 5-10-2  
電話相談 TEL:043-207-6025  
月曜-金曜 9:00~17:00  
来所相談 要予約

### 千葉市教育センター

千葉市  
在住の方

〒263-0021 千葉市稲毛区轟町 3-7-9  
電話相談 TEL:043-255-3702  
月曜-金曜 9:00~17:00  
来所相談 要予約

### 千葉市養護教育センター

千葉市  
在住の方

〒261-0003 千葉市美浜区高浜 3-2-3  
電話相談 TEL:043-277-1199  
月曜-金曜 9:00~17:00  
来所相談 要予約

## 人権についての相談(いじめ・DV相談等)

### 千葉地方法務局(人権擁護課)

月曜-金曜 8:30~17:15  
いじめ、虐待などに関する相談  
子どもの人権110番 TEL:0120-007-110

交際相手からの暴力やセクハラなどの相談  
女性の人権ホットライン TEL:0570-070-810  
その他人権に関する相談  
みんなの人権110番 TEL:0570-003-110

※祝日・年末年始については、曜日に関係なく殆どの機関が休みとなっておりますのでご注意ください。

## 職業的自立に関する相談



主に15歳~39歳くらいまでの無業の方を対象とした、職業的自立に関する相談

(働くことについてさまざまな悩みを抱えている若者が就労に向かえるよう、多様な支援サービスでサポートしています。)

### ちば地域若者サポートステーション

〒261-0026 千葉市美浜区幕張西 4-1-10  
TEL:043-351-5531 火曜-土曜 9:30~16:30

### いちかわ・うらやす若者サポートステーション

〒272-0122 市川市宝 2-10-18 安田ビル1階  
TEL:047-395-3053 火曜-土曜 10:00~17:00

### かしわ地域若者サポートステーション

〒277-0004 柏市柏下 66-1 柏市勤労会館内  
TEL:04-7100-1940 月曜-金曜 10:00~17:30

### まつど地域若者サポートステーション

〒270-0021 松戸市小金原1-19-3テクノ21松戸地域職業訓練センター内  
TEL:047-703-8301 火曜-土曜 9:30~17:00

※保護者からの相談も受けています。※サービス内容によっては有料の場合もありますので、各支援団体にお問い合わせください。

### ちば北総地域若者サポートステーション

〒286-0044 成田市不動ヶ岡 1113-1 成田市勤労会館2階  
TEL:0476-24-7880 月曜-金曜 10:00~17:00

### ちば南部地域若者サポートステーション

〒292-0831 木更津市富士見 1-1-1 たちより館2階  
TEL:0438-23-3711 月曜-金曜 9:30~16:30

### ふなばし地域若者サポートステーション

〒273-0011 船橋市湊町 2-1-2 Y.M.A officeビル5階  
TEL:047-437-6003 火曜-土曜 9:00~17:00

### ちば南東部地域若者サポートステーション

〒297-8511 茂原市道表 1 茂原市役所 9階  
TEL:0475-23-5515 月曜-金曜 9:30~17:00

## 就職に関する相談

### ちば若者キャリアセンター ジョブカフェちば

15歳から39歳まで(一部サービスは44歳まで)の方を対象にした就職支援  
〒273-0005 船橋市本町 1-3-1 フェイスビル9階  
月曜-金曜 9:00~18:00  
(最終入場 17:00)  
TEL:047-426-8472



### ハローワーク

雇用に関する相談・支援及び職業の相談・紹介  
居住地のハローワークをご利用ください。  
※ハローワークでは、障害のある方の専門窓口も開設しています。

## 発達障害についての相談

発達障害者(児)及びその関係者からの相談(就労支援、発達支援、関係者等への助言も行っています。)

### 千葉県発達障害者支援センター CAS

〒260-0856 千葉市中央区亥鼻 2-9-3  
TEL:043-227-8557 FAX:043-227-8559  
【CAS東葛飾】  
〒270-1151 我孫子市本町 3-1-2 けやきプラザ4階  
TEL:04-7165-2515 FAX:04-7165-2516  
月曜-土曜 9:00~18:00(相談対応 9:00~17:00)

### 千葉市発達障害者支援センター

千葉市  
在住の方

〒261-0003 千葉市美浜区高浜 4-8-3  
千葉市療育センター内  
TEL:043-303-6088  
FAX:043-279-1353  
月曜-金曜 9:00~17:00

## ひきこもりについての相談

原則18歳以上の方のひきこもりについての相談

### 千葉県ひきこもり地域支援センター

TEL:043-209-2223  
月曜-金曜 9:30~16:30  
※ただし、第1金曜日は13:00~16:30

### 千葉市ひきこもり地域支援センター

千葉市  
在住の方

TEL:043-204-1606  
月曜-金曜 9:00~17:00