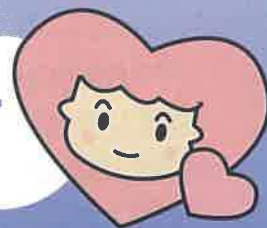


悩んでいる人に寄り添い 話を聴いて 必要な支援を行います

# ひとりで悩まないで

相談できるところがあります



健康や  
こころの悩み

生活や  
お金の悩み

仕事や  
事業の悩み

妊娠・出産  
育児や  
介護の悩み

学校や  
若者の悩み

アルコール  
薬物  
ギャンブル

女性の悩み  
DV  
ハラスメント

生きるのが  
つらい

## 健康や こころの悩み



### こころの相談

精神科医師によるこころの相談

毎月1回 13:30～(予約制)

静岡県富士健康福祉センター 65-2155

※保健師または精神保健福祉士が  
下記時間帯に随時相談に応じています。  
月～金 8:30～17:00

### 市民健康相談

保健師による健康づくりやこころの  
健康についての面接・電話相談

毎週 月～金 8:30～17:15

富士市健康政策課 64-8992・9023

### ストレス相談

公認心理師による仕事等のストレス  
や人間関係に関する悩み・不安等に  
ついての相談

月1～2回 13:00～16:00  
(予約制・一人50分程度)

富士市健康政策課 64-9023

### こころの体温計

携帯電話やパソコンの端末を利用し  
て、気軽に「ストレス度」や「落ち  
込み度」をチェックできるシステム

検索Q 富士市 こころの体温計



### こころを病む人の 家族のための電話相談

富士市精神障害者相談員による、  
こころの病を抱えている人の家族の  
悩み等についての相談

毎週 火・木 9:00～16:00  
(12:00～13:00除く)

※対象は家族のみ、当事者本人不可

富士市障害福祉課  
(相談専用電話) 090-4406-7473

## 生活や お金の悩み



### 民事・一般相談

市民相談員による  
生活全般についての相談

毎週 月～金 9:00～16:00  
(12:00～13:00除く)

富士市市民安全課 55-2750

### 司法書士による法律相談

司法書士による消費者金融等から  
の借金やクレジットについての相談

毎月 第1・3/金  
13:30～15:30  
(予約制・1組15分程度)

富士市市民安全課 55-2750

### 消費生活相談

消費者の契約上のトラブルや悪質な  
訪問販売等についての相談

毎週 月～金 9:00～16:00

富士市消費生活センター 55-2756

### 納税相談

税金の納付についての相談

平日 毎週 月～金 8:30～17:15  
夜間 毎月 25日 17:15～19:00  
日曜 毎月 第1日曜日 9:00～16:00  
(1月を除く)

※夜間・日曜は日程変更の場合もあります。要事前確認。

富士市収納課 55-2730・2771

### 生活の相談

生活や家計、ひきこもり  
などについての相談

毎週 月～金 8:30～17:15

富士市ユニバーサル  
就労支援センター 64-6969

## 仕事や 事業の悩み



### 職業相談

就職に関する様々な相談や求人情報  
などの公開

毎週 月～金 8:30～17:15

ハローワーク富士 51-2151  
(富士公共職業安定所)

### 生活保護

生活保護の相談・申請

毎週 月～金 8:30～17:15

富士市生活支援課 55-2758

### 内職相談

内職をしたい人、内職の求人希望を  
する事業所についての相談

毎週 月～金 9:00～17:00

富士市商業労政課(内職相談室) 53-2659

### 経営相談

専門家による経営に関する課題や、  
起業・創業等の相談

毎週 月～金 8:30～17:15  
(12:00～13:00除く)

地域産業支援センター 52-6777

(Be)レッドふじ

富士商工会議所 52-0995  
富士市商工会 71-2358

### 労働相談

職場におけるトラブル等でお悩み  
の労働者・事業主の方の相談窓口  
(職場でのパワハラやセクハラ、  
職場の人間関係等)

東部県民生活センター

【静岡県の窓口】

(東部中小企業労働相談所)

月～金 9:00～16:00  
(12:00～13:00除く)

《来所相談・電話相談》

沼津産業ビル2階  
沼津市大手町1-1-3  
0120-9-39610 (固定電話から)  
055-951-9144 (携帯電話から)

富士市労働相談コーナー

【厚生労働省の窓口】

《来所相談・電話相談》

富士労働基準監督署内  
富士市御幸町13-28 0545-51-2255

### 労務相談

社会保険労務士による  
労使間トラブル(解雇・リストラ等)、  
労災関係等に関する相談

毎月 第1・3/木  
13:00～15:00

富士市市民安全課 55-2750

### ユニバーサル就労

働きづらさを抱えた方を対象にした  
その方にあった様々な就労支援

毎週 月～金 8:30～17:15

富士市ユニバーサル  
就労支援センター 64-6969

妊娠・出産  
育児や  
介護の悩み



妊娠 SOS 相談

保健師による、予期しない妊娠で悩んでいる人のための相談

毎週 月～金 8:30～17:15

子育て総合相談センター  
富士市こども家庭課 55-2896

乳幼児の健康・栄養相談

保健師・管理栄養士による、子どもの健康や栄養についての相談

毎週 月～金 8:30～17:15

富士市地域保健課 64-8993・8994

子どもなんでも相談

子どものしつけ、養育、不登校、児童虐待等、子どもに関する心配ごとについての相談

毎週 月～金 8:30～17:15

富士市こども家庭課 55-2764

福祉相談

精神・身体・知的障害者や障害児の福祉や虐待予防等についての相談

毎週 月～金 8:30～17:15

富士市障害福祉課 55-2761

高齢者総合相談

高齢者の介護や介護予防、医療、認知症、権利擁護、虐待防止等についての相談

各地域包括支援センター

センター名	地区	電話番号
東部	須津・浮島・元吉原	39-1300
吉原中部	神戸・富士見台 原田・吉永・吉永北	39-2700
北部	大淵・青葉台・広見	23-0303
鷹岡	鷹岡・丘・天間	30-7062
吉原西部	今泉・吉原・伝法	30-8324
富士北部	岩松・岩松北 富士駅北・富士北	66-0115
富士南部	富士駅南・富士南 田子浦	65-8839
富士川	富士川・松野	81-4820
高齢者	富士市全域	55-2951

学校や  
若者の悩み



医療福祉相談

病気に伴う心配事や悩み、医療費や退院後の生活相談、福祉サービスがん相談、その他よろず相談

毎週 月～金 8:30～16:00

中央病院総合相談センター 52-1131  
(患者サポート室)

子どもなんでも相談

友人とのトラブル、学校に行けないなど、子ども自身の悩み・子どもの権利についての相談

毎週 月～金 8:30～17:15

富士市こども家庭課 55-2764

ニート・ひきこもり等の相談

ニート・ひきこもり・不登校など社会生活に困難を抱える若者とその家族の悩み等についての相談

毎週 火～土 9:00～17:00

富士市若者相談窓口 ココ☆カラ 55-0562  
(富士市教育プラザ内)

思春期保健相談

保健師等による、思春期の体の成長や性の悩みなどについての相談

静岡県富士健康福祉センター

電話相談・来所相談  
毎週 月～金 8:30～12:00  
13:00～17:15

富士市本市場 441-1 0545-65-2639

静岡県うちあけダイヤル

学校のこと、家庭のこと、病気のこと、不安・ストレスについての相談

■LINE 相談

(対象:39歳以下の若者)  
平日 14:00～22:00  
土日祝日 14:00～21:00



■24時間電話相談

若者こころの悩み相談窓口  
(対象:39歳以下の若者)  
0800-200-2326

24時間子供SOSダイヤル  
(対象:小学生から高校生)  
0120-0-78310

青少年の相談

学校生活や友人関係、進路、非行や不登校、性などの悩みについての相談

■メール相談・電話相談

毎週 月～金 9:30～16:30  
ほっとテレフォン・ふじ 51-3741  
ky-soudan@div.city.fuji.shizuoka.jp

■面談相談

毎週 月～金 9:00～16:30  
富士市青少年相談センター 52-4152

思春期健康相談室

ピアーズ ポケット

電話相談・来所相談・メール相談  
毎週 水 13:00～17:00  
毎週 土・日 10:00～17:00

沼津市大手町1-1-3 沼津産業ビル1階  
055-952-7530

✉ shishunki@poem.ocn.ne.jp

アルコール  
薬物  
ギャンブル



依存相談

専門の相談員による、薬物・アルコール・ギャンブル等の依存症に関することで悩んでいる方やその家族の相談(無料・秘密厳守)

会場

1 静岡県  
精神保健福祉センター  
(静岡市駿河区有明町2-20)

2 静岡県東部総合庁舎  
(沼津市高島本町1-3)

日時

原則 第1・第3木曜日  
第3月曜日  
午後1時から4時

原則 第1水曜日  
午前10時から12時

申込

1 2 とともに  
静岡県  
精神保健福祉センター  
054-286-9245 (予約制)



### 女性のための相談室

女性相談員による、女性が抱える様々な問題や悩みについての電話、メール・面接相談（面接は要予約）

毎週 月～金  
9:00～17:00



富士市男女共同  
参画センター（相談専用）64-8997

(ドメスティック・バイオレンス)

### DV相談

女性相談員による、配偶者やパートナーからの身体的・精神的・性的・経済的暴力等についての相談

毎週 月～金 8:30～17:15  
※休日や夜間などの緊急の場合は  
警察へご連絡ください。

富士市配偶者暴力  
相談支援センター 51-1128



### 人権相談

人権についての相談はなんでも

みんなの人権110番  
0570-003-110（毎週 月～金 8:30～17:15）

学校でのいじめ、体罰、虐待など、  
子どもの人権相談

子どもの人権110番  
0120-007-110（毎週 月～金 8:30～17:15）

家庭内暴力、職場のセクハラなど、  
女性の人権相談

女性の人権ホットライン  
0570-070-810（毎週 月～金 8:30～17:15）

インターネット人権相談受付窓口  
パソコン・携帯電話・スマートフォン共通

インターネット人権相談  <http://www.jinken.go.jp/>

### こころの電話

専門相談員による、こころの悩みや  
精神保健福祉に関することなど  
についての電話相談

毎週 月～金  
8:30～11:45/13:00～16:30  
※上記以外の曜日時間は、時間帯により  
「いのちの電話」に転送して対応

（相談専用電話）055-922-5562

### いのちの電話

こころに悩みを抱えていたり、  
命を絶ちたいほどの孤独や不安に  
苦しんでいる人の電話相談

静岡いのちの電話  
毎日  
12:00～21:00

いのちの電話  
（フリーダイヤル）  
毎月10日  
8:00～翌8:00

054-272-4343 0120-783-556

### いのちの電話 みんなのインターネット相談

こころに悩みを抱えていたり、  
命を絶ちたいほどの孤独や不安に  
苦しんでいる人のネット相談

24時間いつでも可

<http://www.inochinodenwa-net.jp/>

### よりそいホットライン

相談専門員が、どんなひとの、  
どんな悩みにもよりそって、一緒に  
解決する方法を探す電話相談

24時間いつでも可

フリーダイヤル 24時間 365日  
（相談専用電話）0120-279-338

### 自死遺族のための相談

身近な人を自死（自殺）で亡くされたあなたへ

- 個別相談 面談相談：原則 毎月第1・3水曜日 13:00～16:00（予約制）  
電話相談：原則 平日 8:30～17:00まで
- 自死遺族のつどい 原則 毎月第3土曜日 13:30～15:30

【問合せ・申込先】 静岡県精神保健福祉センター 054-286-9245

## 富士市内のこころの医療機関

※予約制の医療機関が多いため、  
受診を希望する場合は事前に電話にてお問い合わせください。

名称	住所	電話番号	
病精神 院科	鷹岡病院	富士市天間 1585	0545-71-3370
	大富士病院	富士市中野 249-2	0545-35-0024
	聖明病院（アルコール・薬物依存専門）	富士市大淵 888	0545-36-0277
診療 所	富士メンタルクリニック	富士市本町 1-2 エンブレステーション富士2F	0545-64-7655
	ふじ心療クリニック	富士市横割本町 16-16 イナビル2F	0545-65-3790
	中央公園クリニック	富士市平垣本町 13-15	0545-61-2102
	よねのみやクリニック	富士市米之宮町 138	0545-30-9029
	口ぜにじいろクリニック	富士市蓼原町 1605	0545-61-2416
	あらたじま あいごころクリニック	富士市荒田島町 6-25	0545-55-2221

