

心の扉

— 心の相談窓口案内 —

体の不調を感じたら、
早めにかかりつけ医に診てもらいましょう。

それでも「何だか調子が戻らない…」と感じたら、
『心にひっかかっている何か』
が原因かもしれません。

そんな時は、一人で悩みを抱え込まず
誰かに話してみませんか？

< もくじ >

- ◆ 労働に関する相談 1 ~ 2ページ
- ◆ 悩みごとや心の健康に関する相談 3 ~ 6ページ
- ◆ 人権や法律、DVに関する相談 7 ~ 8ページ
- ◆ 消費生活に関する相談、
健康・福祉に関する相談 9 ~ 10ページ
- ◆ 子育て・子どもに関する相談 11 ~ 12ページ
- ◆ ころの耳をご存知ですか? 13ページ
- ◆ 早く気づいて！「不調の気づきのポイント」、
早く気づいて！「不調の気づきのポイント」... 15ページ

香取地域・
職域連携
推進協議会

労働に関する相談

No.	相談実施機関	相談名称	主な内容	
1	成田労働基準監督署	成田総合労働相談コーナー	労働条件、募集採用、職場環境を含め、労働問題に関するあらゆる分野の電話相談・面接相談に応じます。	電話
2	労働者健康安全機構 千葉産業保健 総合支援センター	産業保健相談	産業医学・メンタルヘルス・保健指導・カウンセリング・労働衛生関係法令・労働衛生工学の各分野専門の相談員が相談【要予約】に応じます。	電話
				FAX
				メール
3	印旛香取地域 産業保健センター	健康相談	従業員数50人未満の小規模事業所に対して、事業者及び従業員の健康管理や職場環境の維持管理等健康に関する様々な相談【要予約】に応じます。	電話 FAX
4	千葉県労働相談 センター	一般労働相談	賃金不払い、解雇など雇用関係に伴うトラブル等の労働問題、メンタルヘルス等に関する相談【要予約】に応じます。	電話
		弁護士による特別労働相談	会社やアルバイト先の労働時間、賃金、パワハラ・セクハラ、解雇など労働関係の民事問題にかかる面接相談【要予約】に応じます。	
		働く人のメンタルヘルス特別労働相談	公認心理師等の専門家による労働相談のほか、仕事に関して強い不安やストレスを感じている労働者等に対する電話相談・面接相談【要予約】に応じます。	
		インターネット労働相談	パート・アルバイトなどで働く際に生じた労働トラブルや、労働者・使用者が抱える労働に関する様々な問題についてインターネットを利用して相談に応じます。(学生・生徒の相談可)	インター ネット
5	千葉県母子寡婦 福祉連合会	就業相談	「子育てと両立した働き方をしたい」、「生活や子育てに不安を感じている」等仕事に関する悩みごとの相談に応じます。	電話 FAX
				メール
6	ちば北総地域若者 サポートステーション	就労相談・支援	働くことに悩みを抱えている若者(15歳～39歳)及びその保護者に対し、個別面談【電話かメールで予約】の上、職業的自立を支援します。	電話
				メール
7	(一社) 成田労働基準協会 労働問題相談センター	個別相談	事業所内での様々な労働問題でお困り・お悩みの事業者・労働者からの相談をお受けしています。 また、新型コロナウイルスの感染拡大に伴う労務管理、労働契約、就業規則の作成・変更、監督署への手続き確認もできます。 会員、非会員の区別なく、どなたでもお受けしています。	電話
				メール
8	障害者就業・生活支援 センター 香取就業センター	就職活動支援	障害をお持ちの方で、一般企業への就職を希望する方、在職中で仕事上の不安や悩みがある方、転職を考えている方を対象に、地域の関係機関と連携のもと職業生活における自立を図るため、就業面及び生活面の一体的な支援を行います。	電話
		就職後の職場定着支援		
		就労に係る生活支援		
		障害者雇用に係る企業支援		
9	一般社団法人 日本産業 カウンセラー協会	働く人の悩みのホットライン	職場・暮らし・家族・将来設計など、働く上での様々な悩みについて相談に応じます。	電話

≫  マークのついている相談窓口は、新型コロナウイルス感染症に関連する相談にも対応しています。

問合せ方法・連絡先	時間等	補足情報
0476-22-5666	平日 午前9時30分～午後5時 (祝日、年末年始除く)	女性相談員がいます。
【相談・予約共通】 043-202-3639	対応は、平日 午前9時～午後5時 (祝日、年末年始除く)	産業保健関係者(事業者、労務・安全衛生担当者、産業医、産業看護職)からの様々な相談に対応します。 相談無料です。 回答までに時間をいただく場合があります。
043-202-3638		
* ホームページ (https://www.chibas.johas.go.jp/contact)の「お問い合わせフォーム」をご利用ください。		
【予約用】 0476-27-0331	原則、第2水曜日 午後1時30分～午後3時	香取地域(香取市・神崎町・多古町・東庄町)が対象です。利用にあたっては、会社名や連絡先等を事前連絡する必要があります。
【相談・予約共通】 043-223-2744 (県庁本庁舎2階)	平日 午前9時～午後8時 (祝日、年末年始除く)	午後5時以降は、原則電話相談のみとなります。
	原則、第1・第3金曜日 午後1時～午後3時	相談は完全予約制で無料です。 相談時間は一人30分程度です。 相談内容は、弁護士が既に受任しているもの、裁判所で調停・訴訟中のものは除きます。
	原則、第4水曜日 午後5時30分～午後7時30分	相談は完全予約制で無料です。 公認心理師等専門家が相談に応じます。 相談時間は一人1時間程度です。
* 相談の申し込みは 千葉県ホームページ内の 「ちば電子申請サービス」 を利用して行ってください。	* 「ちば電子申請サービス」は、千葉県ホームページ / 千葉県労働相談センター / インターネット労働相談からお入りください (https://www.pref.chiba.lg.jp/koyou/soudan/internet-roudousoudan.html)	相談無料です。 回答は電子メールで行います。 相談受付から回答まで約2週間程度かかりますので、お急ぎの方は電話相談、または面接相談をご利用ください。
043-225-0608	対応は、平日午前9時30分～午後4時30分 (祝日、年末年始除く)	相談は、県内在住者(但し、千葉市・船橋市・柏市を除く)に限ります。 面接相談を希望される場合は、予約制となっています。
* ホームページ (https://chiboren.com/job-2/)の「お問い合わせフォーム」をご利用ください。		
【予約・お問い合わせ用】 0476-24-7880	【受付】平日 午前10時～午後6時 (祝日、年末年始を除く)	相談無料です。 初回の面接相談は約50分です。その後のスケジュールは面接時にご確認ください。 出張相談も各市町で開催しています。スケジュールをホームページで確認の上、事前予約してください。 (http://hokusou-saposute.jp.org/calender.html)
【予約・お問い合わせ用】 hyss@hokusou-saposute.jp.org	24時間受付	
【電話相談・来所予約用】 0476-24-3743	毎週木曜日 午前9時30分～午後4時30分	令和3年度の相談は5月からスタートします。 木曜日が祝日等の場合は、前日あるいは次週に実施します。 相談無料です。 労働契約に関する相談、メンタルヘルス対策、安全衛生管理、懲戒・解雇等、様々な相談が可能です。プライバシーは厳守します。
* ホームページ(http://narita-roukijp/)の「労働問題相談センター」のメールでのお問合せ先フォームをご利用ください。	24時間受付	
【面談予約・お問い合わせ用】 0478-79-6923	月～金曜日 午前8時30分～午後5時 (祝日、年末年始を除く)	活動地域は香取圏域(香取市・神崎町・多古町・東庄町)です。 利用料無料です。 【障害者の就労支援の流れ】 センターへ連絡⇒初回面談⇒センター登録⇒就労アセスメント⇒支援計画の作成⇒就職活動・就労訓練⇒就職⇒職場定着支援
03-5772-2183	月～土曜日 午後3時～午後8時 (祝日、年末年始を除く)	相談は、一人1日につき1回、30分以内となっています。 相談無料です。但し、通話料や通信料はかかります。

≫令和3年10月末現在の情報です。