

# ひとりで悩まず相談してください

## 相談先一覧

「子どもをかわいく思えない」「育児に不安が…」などの悩みを相談できます。

朝霞市子ども未来課	☎ 048-463-0364
朝霞保健所	☎ 048-461-0468
所沢児童相談所	☎ 04-2992-4152
養育に欠ける児童の相談、性格行動・しつけの相談、障害相談、非行相談、里親制度など 利用時間 月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 8:30～18:15	
家庭児童相談室	☎ 048-463-2231
子どもや家庭の問題で困ったことや心配なことなど ※子どもからの相談もできます。 利用時間 月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 9:30～17:00	
朝霞市健康づくり課(保健センター) 子育て世代包括支援センター(保健センター内)	☎ 048-465-8611 ☎ 048-451-0155
妊娠や出産、育児、お子さんの心身の発達、保護者の健康に関する相談など 利用時間 月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 8:30～17:15 ※子育て世代包括支援センターの母子健康手帳の交付は第2土曜日・第4日曜日(祝日・年末年始を除く)も開所しています。	
子ども相談室	☎ 048-471-8080 ☎ 048-487-1234
学校生活に関する悩み(友人関係・いじめ・不登校など)や家庭生活に関する悩み(非行・家庭内暴力・親子関係など) 利用時間 月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 9:00～16:00	
子育て支援センター 子育て情報の提供・親子の交流・育児相談など 利用時間や問い合わせ先については、子育て支援センターの紹介ページ(P4)をご覧ください	
子どもスマイルネット(子どもの権利擁護委員会)	☎ 048-822-7007
いじめ・体罰・人権侵害・子育てに悩んでいるなど、子どもや親からの相談 利用時間 毎日(祝日・年末年始を除く) 10:30～18:00	
埼玉県こころの電話	☎ 048-723-1447
心の健康や悩みに関する相談 利用時間 月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 9:00～17:00	
児童家庭支援センター シャローム(社会福祉法人同仁学院)	☎ 042-989-1535
子どもや家庭に関する相談など 利用時間 月～金曜日 9:00～17:00 ※緊急の場合は24時間対応 <a href="http://www.doujin.or.jp">http://www.doujin.or.jp</a>	
はあとびあ障害者相談支援センター	☎ 048-486-2400
心身の発達に心配のあるお子さんや、身体・知的・精神障害等のある方とご家族を支援します。 電話及び面接で相談が受けられます。 利用時間 月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 9:00～17:00 <a href="https://www.asaka-shakyo.or.jp/">https://www.asaka-shakyo.or.jp/</a>	
埼玉県発達障害総合支援センター	☎ 048-601-5551
18歳未満の発達障害のあるお子さんやそのご家族、支援機関の相談など 利用時間 月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 9:00～12:00、13:00～16:00 <a href="http://www.pref.saitama.lg.jp/soshiki/b0614/index.html">http://www.pref.saitama.lg.jp/soshiki/b0614/index.html</a>	
生活困窮者自立相談支援機関(朝霞市福祉相談課)	☎ 048-423-5082
生活で困りごとや家計に不安を抱えている場合に、支援員が相談を受けて、情報の提供や助言を行うほか、家計の立て直しに向けた支援を行います。また、必要な支援や制度を活用して早期の自立を目指します。 利用時間 月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 8:30～17:15	

朝霞市  
子育て  
マンパ  
プ

子ども  
おでかけ

妊婦が  
わがったら

赤ちゃんが  
生まれたら

ひとり親  
サポート

健康診査

予防接種

子どもの事故  
やケガの救急

防災に  
ついて

幼稚園・  
保育園等

小学校

外国人の  
ママ・パパ

児童虐待  
の予防

ひとり親  
協会の  
相談

医療機関  
一覧

## DV(ドメスティック・バイオレンス)

DVとは、夫婦や、恋人など親密な関係にある、またはあったもの同士の間で振られる暴力のことをいいます。暴力には、身体的暴力だけでなく、精神的、経済的、性的暴力などがあります。DVは当事者だけの問題ではなく、子どもの面前での暴力は、子どもへの心理的虐待にあたり、心身に深刻な悪影響を及ぼすことがあります。

自分を守るためにも、子どもを守り育てるためにも、1人で悩まず相談機関に相談してください。

### 相談先一覧(緊急の場合は、110番)

	相談先	日 時	面接 相談	電話 相談	電話番号・URL
朝霞市の相談窓口	それいゆぶらざ (女性センター)	毎週火～日曜日 9:00～17:00 (年末年始を除く) 【専門の相談員による相談】 毎週火・水・金・土曜日10:00～16:00 (年末年始を除く)	○	○	☎048-463-0356
	埼玉県の相談窓口	月～土曜日 9:30～20:30 日曜日、祝日 9:30～17:00 (年末年始を除く)	※	○	☎048-863-6060 ※応相談
健康診査 予防接種	男女共同参画推進 センター With Youさいたま	月～土曜日 10:00～20:30 (祝日、年末年始、第3木曜日を除く) インターネット相談(24時間受付)	※	○	☎048-600-3800 ※応相談 <a href="https://www.pref.saitama.lg.jp/withyou/counsel/guide.html">https://www.pref.saitama.lg.jp/withyou/counsel/guide.html</a>
	DVお悩みチャット @埼玉	日・水・金曜日 15:00～20:30 (年末年始を除く)	-	-	<a href="https://saitamaonayami.jp">https://saitamaonayami.jp</a>
子どもの事故 やケガの救急 ついでに 幼稚園・ 小学校	朝霞警察署	月～金曜日 8:30～17:15 ※緊急時は110番	○	○	☎048-465-0110
	DV相談+(プラス) (内閣府)	24時間電話相談(英語など10か国語対応) その他:メール相談(24時間受付) チャット相談(正午～22時)	-	○	☎0120-279-889 <a href="https://soudanplus.jp">https://soudanplus.jp</a>
	DV相談ナビ	最寄りの相談機関を案内 (通話料有料。各相談機関の相談受付 時間内に限ります。)	-	○	短縮ダイヤル#8008
	よりせいホットライン	24時間年中無休(通話料無料)	-	○	☎0120-279-338 (ガイダンス後、3をプッシュ)

### いじめから子どもをまもるために(子どもが学校に行きたがらないときは)

子どもがいじめにあっているかも…、いじめに関わっているかもしれない…。

いじめはいつでもだれにでも起こりうることです。相談することで解決の糸口が見つかることがあります。いじめで困ったら一人で悩まず、まず相談してください。

#### ●子ども相談室(教育指導課)

子どもの教育に関わるさまざまな悩みについての相談や、学校に登校したくてもできない児童・生徒に対して、学校復帰の支援(適応指導教室)等を行っています。

相談受付時間 月～金曜日 9:00～16:00(祝日・年末年始を除く)

来室相談は、なるべく事前に予約してください。月1回心理学者・精神科医による予約相談を行っています。

**お問合せ** 教育指導課 ☎048-463-2884

子ども相談室 ☎048-471-8080 ☎048-487-1234

### ●24時間子供SOSダイヤル

全都道府県及び指定都市教育委員会で実施。下記のダイヤルに電話すれば、原則として電話をかけた所在地の教育委員会の相談機関に接続します。

お問合せ ☎0120-0-78310(なやみ言おう)

### ●ひきこもりに関する相談

朝霞保健所  
臨床心理士等によるひきこもりに関する相談ができます。事前に予約が必要です。

お問合せ 朝霞保健所 ☎048-461-0468

### ●子どもの人権110番

法務局・地方法務局の職員、または人権擁護委員が、皆(みな)さんのお話を聞いて、どうしたらいいか一緒に考えます。  
相談は無料、相談内容の秘密は守ります。  
受付時間 平日 8:30~17:15

お問合せ ☎0120-007-110

### ●にじいろ県民相談(埼玉県LGBTQ県民相談)

性的指向(好きになる性)や性自認(自分の性の認識)に関する悩みについて、電話やLINEで相談できます。  
相談は無料、相談内容の秘密は守ります。  
受付時間 毎週土曜日 18:00~21:30  
(年末年始を除く)

お問合せ ☎0570-022-282  
LINE相談 <https://lin.ee/2f90PQMD>

## ママのための健診・相談

からだのこと、こころのこと、ひとりで悩まないで相談してみよう。

### ●不妊・不育症に関する相談

埼玉県  
助産師による、不妊、不育症などの相談を行っています。  
毎週月・金曜日 10:00~15:00  
第1・第4土曜日 11:00~15:00  
16:00~19:00

お問合せ ☎048-799-3613

### ●不妊相談

埼玉県不妊専門相談センター  
医師による面接相談(予約制)を行っています。  
電話にて予約をしてください。

お問合せ 埼玉医科大学総合医療センター  
☎049-228-3732



### ●不妊治療助成

埼玉県不妊治療費助成事業

※令和4年4月1日から、特定不妊治療が保険適用になったことに伴い、年度をまたぐ一回の治療について、経過措置として助成金の対象となります。受付期間等の詳細については、国及び埼玉県のホームページをご確認ください。

お問合せ 朝霞保健所 ☎048-461-0468

## その他の事業のご案内 母子・父子・寡婦福祉資金の貸付(埼玉県の制度です)

### ●母子及び父子並びに寡婦福祉資金の貸付(県)

内容：母子家庭の母及び父子家庭の父並びに寡婦等の経済的自立や扶養している子どもの福祉増進のために必要な資金の貸付を行います。

対象：母子・父子・寡婦等の家庭

※利用する貸付資金によって基準が異なります。※貸付には埼玉県西部福祉事務所による審査があります。

お問合せ 埼玉県西部福祉事務所 ☎049-283-6800

子育て  
マニッパ

子ども  
おでかけ

妊婦が  
わがったら

赤ちゃんが  
生まれたら

ひとり親  
サポート

健康診査

予防接種

子どもの事故  
やケガの救急

防災に  
ついて

幼稚園・  
保育園等

小学校

外国人の  
ママ、パパ

児童虐待  
の予防

ひとり親等  
相談ください

医療機関