

たった一人のあなたです
たった一つの命です

(新潟県自殺対策キャッチフレーズ)

心のセーフティネット 相談窓口一覧

9月は
「新潟県自殺対策推進月間」です

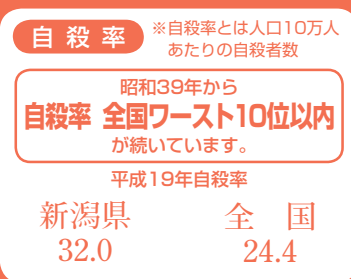
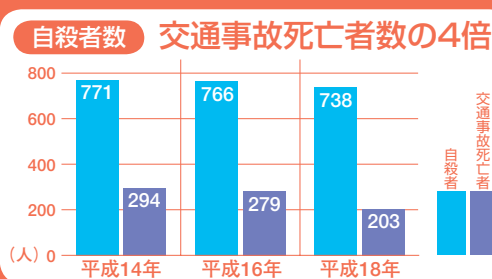
ひとりで悩まないで
相談しましょう!



分野別	相談内容	相談窓口	電話番号	開設時間	
① 心	自殺などさまざまな心の悩み	新潟いのちの電話（新潟）	025-288-4343	毎日24時間	
		新潟いのちの電話（上越）	025-522-4343		
		新潟いのちの電話（長岡）	0258-39-4343		
		新潟いのちの電話（村上）	0254-53-4343		
② 精神保健	心の健康に関する相談	新潟県精神保健福祉センター	025-280-0113	月～金（祝日を除く） 8:30～17:00	
		保健所	村上地域振興局健康福祉部	0254-53-8369	月～金（祝日を除く） 8:30-17:15
			新発田地域振興局健康福祉環境部	0254-26-9133	
			新潟地域振興局健康福祉部	0250-22-5174	
			三条地域振興局健康福祉環境部	0256-36-2363	
			長岡地域振興局健康福祉環境部	0258-33-4931	
			魚沼地域振興局健康福祉部	025-792-8614	
			南魚沼地域振興局健康福祉環境部	025-772-8137	
			十日町地域振興局健康福祉部	025-757-2400	
			柏崎地域振興局健康福祉部	0257-22-4161	
			上越地域振興局健康福祉環境部	025-524-6132	
		糸魚川地域振興局健康福祉部	025-552-0611		
佐渡地域振興局健康福祉環境部	0259-74-3407				
新潟市こころの健康センター	025-232-5560	月～金（祝日を除く） 9:00-16:30			
各市区町村の保健福祉担当課	各市区町村にお問い合わせください				
③ 青少年・子ども	子育ての悩みや非行・虐待などの相談	児童相談所	新発田児童相談所	0254-26-9131	月～金（祝日を除く） 8:30-17:15
			中央児童相談所	025-381-1111	
			長岡児童相談所	0258-35-8500	
			南魚沼児童相談所	025-770-2400	
			上越児童相談所	025-524-3355	
		新潟市児童相談所	025-230-7777	月～金（祝日を除く） 8:30-17:30	
	DV・児童虐待相談フリーダイヤル	0120-26-2928	毎日 9:00-22:00		
	子ども・女性電話相談	025-382-4152			
	各市区町村の児童家庭担当課	各市区町村にお問い合わせください			
	いじめ・不登校など学校教育問題の相談	全国統一24時間いじめ相談ダイヤル	0570-078310	毎日24時間	
新潟県いじめ相談電話		025-526-9378 0258-35-3930 025-231-8359			
新潟市いじめSOS電話		025-222-0110			
県立教育センター悩みごと相談テレフォン		025-263-4737	月～金（祝日を除く） 9:00-16:00		
(高等学校教育課内) 青少年相談支援班		025-280-5124	月～金（祝日を除く） 8:30-17:30		
家庭教育の悩みや不安についての相談		家庭教育・子育て電話相談「すこやかコール」 tel 025-283-1150 fax 025-284-6019	tel 月～金 13:00-20:00 fax 月～金 20:00-13:00		
子どもの非行などの問題行動		新潟少年サポートセンター 長岡少年サポートセンター 上越少年サポートセンター	025-285-4970 0258-36-4970 025-526-4970		月～金（祝日を除く） 8:30-17:30
子どもの人権に関わる相談	子どもの人権110番	0120-007-110	月～金（祝日を除く） 8:30-17:15		
④ 女性	配偶者からの暴力、離婚、女性の悩み、保護に関する相談	新潟県女性福祉相談所	025-381-1111	月～金（祝日を除く） 8:30-17:15	
		DV・児童虐待相談フリーダイヤル	0120-26-2928	毎日9:00-22:00	
		子ども・女性電話相談	025-382-4152		
	性別による差別的取扱い等に関する相談	新潟県男女平等推進相談室	025-285-6605	火～金 12:00-19:00 土・日 10:00-17:00	
	家庭、夫婦、人間関係、生き方などの悩み	新潟市男女共同参画推進センター「アルザにいがた」相談室	025-245-0545	火・金 14:00-19:30 水・日 10:00-15:30	
	DV・セクハラ被害など女性の人権相談	女性の人権ホットライン	0570-070-810	月～金（祝日を除く） 8:30-17:15	
女性の被害（性犯罪・ストーカー・DV）	女性被害110番	025-281-7890	月～金（祝日を除く） 8:30-17:30		

新潟県の自殺の現状

新潟県では毎年、交通事故死者数の4倍にあたる700人以上の県民が自ら命を断っています。



原因別
健康問題、経済・生活問題、家庭問題

年齢
50代が最も多い

性別
男性が女性の2倍

分野別	相談内容	相談窓口	電話番号	開設時間	
5	高齢者 高齢者のくらし・法律・医療などの相談	新潟県高齢者総合相談センター	025-285-4165	月～金（祝日を除く） 9:00-17:00	
6	障害者 手帳の申請、医療費助成、福祉サービスの利用など、日常生活や社会活動に関する相談	各市区町村の障害福祉担当課	各市区町村にお問い合わせください		
	障害者と家族の様々な悩み相談	障害者110番	025-381-0110	10:00-15:00 (年末年始・特定日5回を除く)	
	発達障害に関する相談	新潟県発達障がい者支援センター（ライズ）	025-266-7033	月～金（祝日を除く） 8:30-17:15	
7	難病 難病に関する相談	新潟県難病相談支援センター	025-267-2170	月曜～金曜・第3土曜日 10:00-16:00	
8	ひとり親 ひとり親の就業、離婚による養育費の取得に関する相談	新潟県母子家庭等就業・自立支援センター	025-281-5587	月～金（祝日を除く） 8:30-17:00	
9	職場における心の健康・労働問題 職場、仕事、家庭など生活全般におけるこころの悩みに関する相談	日本産業カウンセラー協会新潟相談室	025-290-3883	月～金 10:00-18:00 (※予約制の面接相談)	
		新潟産業保健推進センター 産保・心の相談室	025-227-4411	月曜日 13:00-17:00 1・3木曜日 16:00-19:00	
	若年者の職業相談	地域産業保健センター（県内11か所）	新潟産業保健推進センターにお問い合わせください		
		若者しごと館	025-240-3013	月～金（祝日を除く） 9:30-18:00	
		ジョブカフェながおか	0258-38-6181		
若者しごと館上越サテライト	025-526-3310	月～金（祝日を除く） 8:30-17:15			
雇用をめぐるトラブルなど労働問題の相談	新潟労働相談所		025-232-6110		
	長岡労働相談所	0258-37-6110			
10	経営 経営難に直面している中小企業の経営建て直しのための相談 中小業者を対象に経営対策、金融相談、生活相談、多重債務相談	経営安定特別相談事業	025-283-1311	月～金（祝日を除く） 8:30-17:15	
		県内民主商工会、新潟県商工団体連合会	新潟県商工団体連合会 025-274-9661	月～金（祝日を除く） 9:00-17:00	
11	法律 各種法律問題全般	新潟県弁護士会法律相談センター	025-222-3765	受付 月～金 9:00-12:00 13:00-17:00 (※予約制、面談相談、原則有料)	
		日本司法支援センター	法テラス新潟	050-3383-5420	月～金 9:00-17:00 (※情報提供)
			コールセンター	0570-078374	月・水・金の午後 (※民事法律扶助無料法律相談)
			犯罪被害者ダイヤル	0570-079714	月～金 9:00-21:00 土曜日 9:00-17:00
		新潟県司法書士会総合相談センター	025-228-1600	月～金（祝日を除く） 10:00-12:00 13:00-16:00	
12	金融 多重債務に関する相談	新潟県弁護士会多重債務無料相談電話ガイド	025-226-7878	月～金（祝日を除く） 10:00-15:00 無料電話相談	
		新潟県司法書士会多重債務ホットライン	025-225-9333	月～金（祝日を除く） 10:00-12:00 13:00-16:00	
13	消費生活 商品や契約などの苦情相談 多重債務に関する相談	新潟県消費生活センター	025-285-4196	月～金（祝日を除く） 9:00-16:30 土曜日 10:00-16:30	
14	生活安全・犯罪被害 犯罪や交通問題などの相談	けいさつ相談室（警察本部）	025-283-9110または #9110	月～金（祝日を除く） 8:30-17:30	
		犯罪被害者対策室（警察本部）	025-283-9110		
	ストーカー規制法・DV防止法に関する相談 悪質商法・金融に関する事 家出人に関する相談	各警察署 生活安全担当課	各警察署にお問い合わせください		
				月～金（祝日を除く） 9:00-17:45	
15	交通事故 賠償責任、示談、自賠責の請求手続きなど交通事故相談	新潟県交通事故相談所	025-280-5750	月～金（祝日を除く） 9:00-17:00	
16	人権 人権問題全般の相談	新潟県方法務局人権擁護課	025-222-1564	月～金（祝日を除く） 8:30-17:15	
		子どもの人権110番	0120-007-110		
		女性の人権ホットライン	0570-070-810		
17	福祉サービスに関する苦情相談	新潟県福祉サービス運営適正化委員会	025-281-5609	月～金（祝日を除く） 9:00-16:00	
	福祉サービスの利用手続きや金銭管理などの相談	新潟県日常生活自立支援センター	025-281-5584	月～金（祝日を除く） 8:30-17:15	
18	医療機関 医療の安全に関する相談	県民医療安全相談窓口	025-280-5781	月～金（祝日を除く） 10:00-12:00 13:00-15:00	
		精神医療面の相談・治療は、医療機関を紹介できますので、上記「精神保健」相談窓口にお問い合わせください。			