

育児への不安や体・こころの健康

配偶者からの暴力。
出産・育児が不安。
育児で体もこころも休まらない。
育児の悩みや不安、親子でいる時の悩みなど、一人で抱えていませんか？「今のやり方でいいのかしら？」と思っていたら、お話を聴かせてください。
中央子育て支援センター
育児相談電話（☎27-7830）

子ども

子どもがいじめを受けている。
クラスで友達にいじわるをされる。
勉強や進路のことが心配。
学校に行けない。
子どもについての心配や悩みごとがあったら、どんなに小さなことでも、お気軽にご相談ください。
子ども相談センター（☎62-6313）

育児相談、ひとり親相談

育児に疲れた。
ひとり親世帯で不安を感じる。
子育ての大変さを一人で抱えず、早めにご相談ください。
子育て推進課（☎62-1061）

妊産婦や乳幼児およびその保護者の心身の健康や育児全般

赤ちゃんが何をやっても泣き止まず、
どうしたらよいかわからない。
予期しない妊娠をしてしまった。
イライラして子どもを叱ってしまう。
うまくいかない事は、人それぞれありますよね。
もしイライラしたり、悩んだり、疲れていたりしてつらい時、健康や育児に関すること、いつでもお気軽にご相談ください。
子育て支援課（☎23-8877）

みんなの「生きる」を支え、

抱え込まないで

刈谷市ではさまざまな悩みを抱える人たちのための窓口がたくさんあります。

こころの健康・病気

最近眠れない。
鬱かもしれない。
ギャンブルやアルコールの問題で家族に振り回されている。
悩み事があるときは、一人で抱え込まずにぜひ誰かに相談してください。
悩んでいる人がいたら、相談窓口を教えてください。
衣浦東部保健所（☎21-9337）

からだところの健康

自分なんていないほうが良いと
考えてしまう。

悩みや不安を一人で抱え込んでいませんか？
心身の不調が続いたり、
「生きているのがつらい」と感じたりしたら
あなたの声を聴かせてください。
健康推進課（☎23-8877）

新型コロナウイルス感染症の影響による売上の減少

コロナ禍で売上が減少し事業の継続が
困難である。

コロナ禍で売上が減少した事業者の資金繰り支援や、事業者に応じた補助制度のご案内、関係機関をご紹介します。お問い合わせください。
商工業振興課（☎62-1016）

子ども・若者（おおむね40歳まで）の悩みごと

職場になじめない。
家族のことが憎い。
子どものひきこもりや家庭内暴力で悩んでいる。
一人だけ、家族だけで悩みを抱えこむことは、本当につらく、苦しいことだと思います。
その苦しみを少しでも和らげるためのお手伝いをさせていただきます。
子ども・若者総合相談窓口 面接相談予約（☎95-0105）
青少年電話相談（☎23-8888）

周りの人が悩んでいたら…

あなたの家族や友人、同僚など周りの人が悩みを抱えている様子なら、まずは優しく声をかけてください。「あなたのことを心配している」という気持ちを伝え、必要に応じて相談窓口があることを教えてあげてください。

高齢者

親や連れ合いの介護に疲れた。
認知症の親に怒れてしまう。
地域包括支援センターは高齢者の身近な相談窓口です。
家族の介護で不安や悩みがあれば、お気軽にお電話ください。
長寿課（☎62-1063）
地域包括支援センター
富士松（☎62-3033）、雁が音（☎21-3561）
中部（☎28-6071）、中央（☎23-0280）
依佐美（☎63-5235）、朝日（☎63-6700）

生活困窮

家賃を支払うことができない。
就労先が見つからない。
食料が底をついて困っている。
生活をする上で、経済的に困っていると感じていたら、いつでもご相談ください。
生活福祉課（☎62-1038）

障害

障害のある家族の介護に疲れてしまった。
子どもの障害について不安である。
職場や家族の障害への理解が得られない。
市基幹相談支援センターでは、障害に関する相談全般を受け付けています。
お気軽にお電話ください。
福祉総務課（☎62-1208）
市基幹相談支援センター「灯」（☎63-6002）

あしたへつなぐまち「かりや」

私たちがいます。

悩んでいることは、自分の中にため込まず、誰かに相談してみませんか？

困り事全般

家族とうまくいかない。
職場での嫌がらせを受けている。
借金の返済ができない。
困り事をしっかり聞き、内容によって弁護士などの無料相談や他機関をご案内します。
相談は無料で、秘密は固く守られますので、安心してご利用ください。
くらし安心課（☎62-1058）



▲愛知県HP

SNSでも相談できます。

県や厚生労働省では各SNS相談窓口を開設・紹介しています。詳しくは各HPをご覧ください。



▲厚生労働省HP

市長メッセージ

新型コロナウイルス感染症により、私たちの日常生活は大きく変わりました。不安やストレスを抱え、一人で悩んでいませんか。
まずは身近な人に相談してください。市役所や保健所をはじめ、相談できる場所はたくさんあります。一人で悩まずぜひ相談してください。
人は一人では生きていくことはできません。あなたの「生きたい」という気持ちをどうか大切にしてください。

市長 稲垣 武

休日夜間相談窓口

相談窓口	電話番号	日にち	時間	その他
よりそいホットライン	0120-279-338	毎日	24時間	
いのちの電話	0120-783-556	毎日	16時～21時	
名古屋いのちの電話	052-931-4343	毎日	8時～22時	
チャイルドライン	0120-99-7777	毎日（年末年始を除く）	16時～21時	18歳まで
24時間子供SOSダイヤル	0120-0-78310	毎日	24時間	保護者も可
教育相談こころの電話	052-261-9671	毎日（年末年始を除く）	10時～22時	保護者も可
育児もしもしキャッチ	0562-43-0555	水・木・金曜（休診日を除く）	17時～21時	