令和5年度版

草津市

ひとりで悩んでいませんか？ 誰かに相談してみましょう

「ちょっと話を聴いてほしい」「気になることがあるので専門の人に相談したい」、そんなときは気軽に相談しましょう。

① こころやからだ、病気や障害に関する相談は ・・・・P1
② こころの悩みの相談は ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P1
③ ひきこもりに関する相談は ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P2
④ アルコールや薬物等の依存に関する相談は ・・・・・P2
⑤ 高齢者に関する相談は ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P2
⑥ 学校の悩み、子ども・若者の悩みの相談は ・・・・・P2-3
⑦ DV、セクハラ、家庭内暴力などに関わる相談は ・・・・・・・・P4
⑧ 犯罪被害の相談は ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P4
⑨ 就労や仕事の悩みの相談は ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P4
⑩ 借金、多重債務、契約トラブル、法律等に関する相談は ・・P5
⑪ 生活困窮や生活保護の相談は ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P5
⑫ その他の相談は ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P6

SNS相談は・・・

■「こころのサポートしが」LINE相談　毎日16:00～22:00
LINE公式アカウント「こころのサポートしが」を友だち登録してご利用ください

■SNS相談等を行っている団体一覧
右のキーワードで検索し、厚生労働省のホームページをご覧ください

「こころのサポートしが」はこちら▶

まもろうよこころ　検索

※草津市役所の窓口（市）は、月～金 8:30～17:15（祝日、年末年始を除く）

①こころやからだ、病気や障害に関する相談は・・・

こころやからだの健康に関する相談

市 ■草津市健康増進課（生活習慣病予防に関する相談を含む）　TEL. 077-561-2323　FAX. 077-561-0180

■滋賀県草津保健所（アルコール、薬物の相談を含む）　TEL. 077-562-3534　月～金 8:30～17:15（祝日、年末年始を除く）

妊娠・出産～子育て期の総合相談

市 ■草津市子育て相談センター　TEL. 077-561-2339　FAX. 077-561-2491

障害者に関する相談（虐待通報、相談）

市 ■草津市障害福祉課相談支援係　TEL. 077-561-2363　FAX. 077-561-2480
※虐待通報のみ右記TEL.で24時間受付　TEL. 077-561-2499

障害者のサービスに関する相談

■草津市立障害者福祉センター　TEL. 077-569-0351　FAX. 077-569-0354
月～土 8:30～17:15（祝日、年末年始を除く）

■精神障害者地域生活支援センター風（ふう）　TEL. 077-589-8784　FAX. 077-589-5478
月・火・木・金 10:00～18:00　水・第2、第4土 10:00～17:00（祝日、年末年始を除く）

がん患者・家族・友人・介護者等に対する相談

■認定NPO法人 淡海（おうみ）かいつぶりセンター　TEL. 077-546-6550　FAX. 077-546-6551
月～金 10:00～16:00（第1、第3金を除く）　第1、第3木 10:00～19:00
土、日、祝日の開所もあり（詳細はホームページに掲載）

弁護士による無料法律相談

■滋賀弁護士会高齢者・障がい者向け電話相談　TEL. 077-510-5757　金10:00～12:00（祝日、年末年始を除く）
対象者：高齢者・障がい者の方及びその家族並びにその方々に関わっておられる福祉関係者及び行政職員の方

②こころの悩みの相談は・・・

■滋賀県医療福祉相談モール　TEL. 077-569-5955　月～金 9:00～16:00（祝日、年末年始を除く）
■滋賀県自殺予防電話相談　TEL. 077-566-4326　9:00～21:00（年末年始を除く）
■こころの電話　TEL. 077-567-5560　月～金 10:00～12:00、13:00～21:00（祝日、年末年始を除く）
■滋賀県立精神保健福祉センター　TEL. 077-567-5010（面接は要予約）　月～金 9:00～16:00（祝日、年末年始を除く）
■認定NPO法人 滋賀いのちの電話　TEL. 077-553-7387　金～月 10:00～20:30
■いのちの電話（フリーダイヤル）　TEL. 0120-783-556　毎月10日 8:00～翌日8:00

※草津市役所の窓口(市)は、月～金 8:30～17:15(祝日、年末年始を除く)

③ひきこもりに関する相談は・・・

市■草津市人とくらしのサポートセンター　TEL. 077-561-6927　FAX. 077-561-2482

■滋賀県ひきこもり支援センター　TEL. 077-567-5058　月～金 9:00～16:00(祝日、年末年始を除く)

④アルコールや薬物等の依存に関する相談は・・・

■滋賀県草津保健所　TEL. 077-562-3534　月～金 8:30～17:15(祝日、年末年始を除く)

■滋賀県立精神保健福祉センター　TEL. 077-567-5010(面接は要予約)
月～金 9:00～16:00(祝日、年末年始を除く)

飲酒に関する相談

■滋賀県断酒同友会　TEL・FAX. 0748-72-3792(青木)
ホームページ. http://shigadansyu.com

アルコール、薬物依存症に関する相談

■特定非営利活動法人 びわこダルク　TEL. 077-521-2944　FAX. 077-521-2977
月～土 9:00～17:00(祝日、年末年始を除く)
メール. biwako-darc2002@msd.biglobe.ne.jp

■びわこ家族会
(薬物・アルコール等)依存症の家族の会
TEL. 077-521-2944(びわこダルク内)
ホームページ. http://biwakokazokukai.info/gaiyou
明日都浜大津1F大津市市民活動センター会議室
毎月第4土 10:00～15:00　参加費2,000円

⑤高齢者に関する相談は・・・

◎お住まいの学区を担当する地域包括支援センターへご相談ください　月～金 8:30～17:15(祝日、年末年始を除く)

■【志津・志津南・矢倉】高穂地域包括支援センター　TEL. 077-561-8143　FAX. 077-561-9524

■【草津・大路・渋川】草津地域包括支援センター　TEL. 077-561-8144　FAX. 077-561-9525

■【老上・老上西】老上地域包括支援センター　TEL. 077-561-8145　FAX. 077-561-9526

■【玉川・南笠東】玉川地域包括支援センター　TEL. 077-561-8146　FAX. 077-561-9527

■【山田・笠縫】松原地域包括支援センター　TEL. 077-561-8147　FAX. 077-561-9528

■【笠縫東・常盤】新堂地域包括支援センター　TEL. 077-568-4148　FAX. 077-568-3529

高齢者虐待についての相談・通報

◎上記、各地域包括支援センターまたは、下記までご相談ください

市■草津市長寿いきがい課高齢者福祉係　TEL. 077-561-2362　FAX. 077-561-2480

弁護士による無料法律相談

■滋賀弁護士会高齢者・障がい者向け電話相談　TEL. 077-510-5757　金 10:00～12:00(祝日、年末年始を除く)

対象者：高齢者・障がい者の方及びその家族並びにその方々に関わっておられる福祉関係者及び行政職員の方

⑥学校の悩み、子ども・若者の悩みの相談は・・・ Part1

市■草津市家庭児童相談室家庭児童相談係　TEL. 077-561-2460　FAX. 077-561-6780

■滋賀県中央子ども家庭相談センター　TEL. 077-562-1121(来所は要予約)　月～金 8:30～17:15(祝日、年末年始を除く)

■子ども・子育て応援センター
(こころんだいやる)
TEL. 077-524-2030　FAX. 077-528-4855　9:00～21:00(12/29～1/3を除く)
TEL. 0120-0-78310(24時間全国共通相談ダイヤル)

市■草津市子ども・若者総合相談窓口　TEL. 077-561-0188　FAX. 077-561-6780

■滋賀県子ども・若者総合相談　TEL. 077-567-5058(面接は要予約)　月～金 9:00～16:00(祝日、年末年始を除く)

⑥学校の悩み、子ども・若者の悩みの相談は・・・ Part2

性と生の相談

■まちの保健室「ちむちむ」　TEL・FAX. 077-565-3385　メール. 2019chimuchimu@gmail.com
Twitter. @chimuchimu2019

予期せぬ妊娠・思いがけない妊娠に関する相談

■にんしんSOS滋賀　TEL. 090-8810-2499　月・水・金 18:00～20:00　日 14:00～16:00

メール.
メールフォームから
相談

LINE.
友だちに追加で
利用可能

子育てに関する相談

市 ■草津市子育て相談センター　TEL. 077-561-2339　FAX. 077-561-2491

■地域子育て支援センター
(認定こども園みのり内)
TEL. 077-567-8820
電話：月～金 10:00～17:00(祝日、年末年始を除く)
来所：第1土、第3水 14:00～16:00(要予約)

■地域子育て支援センター
(くさつ優愛保育園モンチ内)
TEL. 077-535-6694
電話・来所：月～金 9:30～16:00(祝日、年末年始を除く)

■ミナクサ☆ひろば　TEL. 077-562-3793　火～日 9:00～17:00(年末年始を除く)

■ココクル♥ひろば　TEL. 077-562-5596　月、水～日 9:00～17:00(年末年始を除く)

■笠縫東児童センター　TEL. 077-563-9670　月～土 10:00～17:00(祝日、年末年始を除く)

■つどいの広場くれよん　TEL. 090-5016-2247
火～金 10:00～16:00(祝日、年末年始、ロクハ荘休館日を除く)

ひとり親家庭の生活の安定や自立のための相談

市 ■草津市子ども家庭・若者課子ども家庭係　TEL. 077-561-2364　FAX. 077-561-6780

発達に関する相談

市 ■草津市発達支援センター相談・支援係　TEL. 077-569-0353　FAX. 077-566-5144

いじめ等の悩みに関する相談

■24時間子供SOSダイヤル　TEL. 0120-0-78310(24時間全国共通相談ダイヤル)

■こどもの人権110番(大津地方法務局)　TEL. 0120-007-110(全国共通電話番号・通話料無料)
月～金 8:30～17:15(祝日、年末年始を除く)

不登校・学校不適応に関する相談

■草津市立教育研究所「やまびこ教育相談室」　TEL. 077-563-1270　FAX. 077-563-0117
月～金 9:00～17:00(祝日、年末年始を除く)

少年に関する相談

■草津市立少年センター・あすくる草津　TEL. 077-562-0594　FAX. 077-567-0557
月～金 9:30～16:00(祝日、年末年始を除く)

■法務少年支援センターおうみ
～こころの相談室おうみ～
TEL. 077-537-1023
月～金 9:00～11:00、13:00～16:00(祝日、年末年始を除く)

弁護士による無料電話相談

■滋賀弁護士会こどもの悩みごと110番　TEL. 0120-783-998(通話料無料)
対象者：未成年者及びその保護者の方　水15:00～17:00(祝日、年末年始を除く)

デートDVに関する相談

■滋賀県立男女共同参画センター
"G-NETしが"男女共同参画相談室
TEL. 0748-37-8739(相談専用電話)
火、水、金～日 9:00～12:00、13:00～17:00　木 9:00～12:00、17:00～20:30
(祝日の翌日、年末年始、施設点検日等を除く)

子どもへの虐待の通告(連絡)

■滋賀県児童虐待ホットライン　TEL. 077-562-8996(24時間対応)

■児童相談所 虐待対応ダイヤル　TEL. 189(いちはやく)(24時間対応)
全国共通・無料ダイヤル　最寄りの児童相談所につながります

※草津市役所の窓口(市)は、月～金 8:30～17:15(祝日、年末年始を除く)

⑦DV、セクハラ、家庭内暴力などに関わる相談は・・・

■滋賀県立男女共同参画センター
"G-NETしが"男女共同参画相談室
TEL. 0748-37-8739(相談専用電話)
火、水、金～日 9:00～12:00、13:00～17:00　木 9:00～12:00、17:00～20:30
(祝日の翌日、年末年始、施設点検日等を除く)

■滋賀県中央子ども家庭相談センター
(女性相談専用)
TEL. 077-564-7867
電話相談 8:30～22:00　来所相談 月～金 9:15～16:00(要予約)

■女性の人権ホットライン(大津地方法務局)
TEL. 0570-070-810(全国共通電話番号)
月～金 8:30～17:15(祝日、年末年始を除く)

女性の総合相談

■草津市立男女共同参画センター
TEL. 077-565-1539　FAX. 077-565-1518
月～金、第1・第3土 8:30～17:15(祝日、年末年始を除く)
女性(あなた)のためのカウンセリングルーム：第1水、第3土 午後(予約制)

性犯罪や性暴力などの被害に関する相談

■性暴力被害者総合ケアワンストップびわ湖
SATOCO《サトコ》
TEL. 090-2599-3105(24時間ホットライン)
メール. satoco3105biwako@gmail.com

職場におけるハラスメントに関する相談

■滋賀労働局雇用環境・均等室
TEL. 077-523-1190　FAX. 077-527-3277
月～金 8:30～17:15(祝日、年末年始を除く)

⑧犯罪被害の相談は・・・

■おうみ犯罪被害者支援センター
TEL. 077-525-8103　077-521-8341　FAX. 077-525-8103
メール. npoovsc@yahoo.co.jp　月～金 10:00～16:00(祝日、年末年始を除く)

■法テラス　犯罪被害者支援ダイヤル
TEL. 0120-079714(IP電話の方は03-6745-5601)
月～金 9:00～21:00　土 9:00～17:00(祝日、年末年始を除く)

性犯罪や性暴力などの被害に関する相談

■性暴力被害者総合ケアワンストップびわ湖
SATOCO《サトコ》
TEL. 090-2599-3105(24時間ホットライン)
メール. satoco3105biwako@gmail.com

弁護士による無料法律相談

■滋賀弁護士会
TEL. 077-522-3238(予約制)
予約受付時間 9:00～12:00、13:00～16:00(土日、祝日、年末年始を除く)

⑨就労や仕事の悩みの相談は・・・

市■草津市人とくらしのサポートセンター
TEL. 077-561-6927　FAX. 077-561-2482

労働問題に関する相談

■滋賀労働局(総合労働相談コーナー)
TEL. 077-522-6648　FAX. 077-527-3277
月～金 9:00～12:00、13:00～16:30(祝日、年末年始を除く)

■滋賀県労働相談所(労働相談ダイヤル)
TEL. 0120-967-164(携帯電話からは、077-511-1402)
月～金 12:00～16:00(祝日、年末年始を除く)

■滋賀働き方改革推進支援センター
TEL. 0120-100-227　FAX. 077-527-7501
月～金 9:00～17:00(祝日、年末年始を除く)

職業相談

■ハローワーク草津
TEL. 077-562-3720　FAX. 077-562-9692
月～金 8:30～17:15(祝日、年末年始を除く)

■しがジョブパーク
(滋賀新卒応援ハローワーク・滋賀わかもの支援コーナー
しが就職氷河期世代サポートコーナー(対象者:35歳以上55歳以下の方))
TEL. 0120-69-0301(総合受付・就活支援コーナー)
TEL. 077-563-0301(滋賀新卒応援ハローワーク)
月～金 9:00～17:00(祝日、年末年始を除く)
受付 16:30まで　※土曜日／就活支援コーナーのみ運営

■滋賀マザーズジョブステーション・草津駅前
対象者:子育て中の女性等　託児室あり(対象:6か月以上就学前までのお子様)
TEL. 077-598-1480
月～金 9:00～17:00(祝日、年末年始を除く)　受付 16:00まで

■シニアジョブステーション滋賀(大津駅前滋賀ビル5F)
対象者:45歳以上の方、転職・起業・NPO活動の相談も受け付けます
TEL. 077-521-5421　FAX. 077-521-5455
月～金 8:30～17:00(祝日、年末年始を除く)

⑩借金、多重債務、契約トラブル、法律等に関する相談は・・・

■法テラスサポートダイヤル
TEL. 0570-078374
月～金 9:00～21:00　土 9:00～17:00(祝日、年末年始を除く)

■法テラス滋賀地方事務所情報提供窓口
TEL. 0570-078339 (IP電話の方は050-3383-5454)
月～金 9:00～17:00(祝日、年末年始を除く)

■NPO法人 反貧困ネットワーク滋賀・びわ湖あおぞら会
TEL. 077-527-7360　077-526-6027
月～金 9:00～17:00

消費生活相談(契約トラブル、製品事故、多重債務等の相談)

■草津市生活安心課消費生活センター
TEL. 077-561-2353　FAX. 077-561-2334
月～金 9:00～16:30(祝日、年末年始を除く)

■滋賀県消費生活センター
TEL. 0749-23-0999　FAX. 0749-23-9030
月～金 9:15～16:00(祝日、年末年始を除く)

弁護士による無料法律相談

■あなたの相談室
(相続・離婚・交通事故・債務整理に関する法律相談)
TEL. 077-566-5454(予約制)
毎月第3火 15:00～19:00
(市民交流プラザ フェリエ南草津5階 にて1人30分無料法律相談)
*会場が変更になる場合あり

弁護士による法律相談

■滋賀弁護士会法律相談センター
TEL. 077-522-3238(予約制)
9:30～12:00、13:30～16:00(祝日、年末年始を除く)
予約受付時間 9:00～12:00、13:00～16:00(土日、祝日、年末年始を除く)

司法書士による無料法律相談(くらしの困りごと法律相談)

■滋賀県司法書士総合相談センター守山
TEL. 077-527-5545(予約制)
毎月第2土 9:30～12:00　第1、第3水 13:30～16:30
(守山会場にて1人45分無料法律相談)

■滋賀県司法書士総合相談センター大津
TEL. 077-527-5545(予約制)
毎月第1土 9:30～12:30　毎週水 13:00～16:00
(大津会場にて1人45分無料法律相談)

貸金業に関する相談、中小企業県制度融資に関する相談

■しが金融ホットライン
TEL. 077-528-3732　月～金 8:30～17:15(祝日、年末年始を除く)
(貸金業に関する相談等について、専任の担当者とのご相談は、平日9:00～15:45に承っております)

⑪生活困窮や生活保護の相談は・・・

市■草津市人とくらしのサポートセンター
TEL. 077-561-6927　FAX. 077-561-2482

市■草津市生活支援課生活保護係
TEL. 077-561-2361　FAX. 077-561-2482

■草津市社会福祉協議会
TEL. 077-562-0084　月～金 8:30～17:15(祝日、年末年始を除く)

※草津市役所の窓口(市)は、月～金 8:30～17:15(祝日、年末年始を除く)

⑫その他の相談は・・・

福祉の総合相談

市 ■草津市人とくらしのサポートセンター　TEL. 077-561-6927　FAX. 077-561-2482

市民一般相談(日常生活で生じる諸問題に関する相談)

■草津市生活安心課市民相談室　TEL. 077-561-2329　FAX. 077-561-2334
月～金 9:00～16:30(祝日、年末年始を除く)

人権に関する悩み事相談

■草津市立人権センター
(新型コロナウイルス感染症に関する人権相談含む)
TEL. 077-563-1660　FAX. 077-563-7070
月～土 9:00～12:00、13:00～16:00(祝日、年末年始を除く)

■草津市立西一会館(就労相談含む)　TEL. 077-562-5448　FAX. 077-563-7007
月～金 8:45～17:30

■草津市立橋岡会館(就労相談含む)　TEL. 077-562-5864　FAX. 077-562-6535
月～金 8:45～17:30

■草津市立新田会館(就労相談含む)　TEL. 077-563-1281　FAX. 077-562-5668
月～金 8:45～17:30

■草津市立常盤東総合センター(就労相談含む)　TEL. 077-568-0224　FAX. 077-568-0220
月～金 8:45～17:30

■みんなの人権110番
(全国共通人権相談ダイヤル・大津地方法務局)
TEL. 0570-003-110(全国共通電話番号)
月～金 8:30～17:15(祝日、年末年始を除く)

成年後見・権利擁護の相談

■特定非営利活動法人成年後見センターもだま　TEL. 077-598-0246　月～金 9:00～17:00(祝日、年末年始を除く)

無戸籍についての相談

■大津地方法務局　TEL. 077-522-4671　月～金 8:30～17:15(祝日、年末年始を除く)

滋賀県自死遺族の会

■凪(なぎ)の会おうみ　問い合せ. ホームページをご覧下さい
http://naginokai.g2.xrea.com/

(自死で大切な人を亡くした方の分かち合いの集い
毎月第3土 14:00～16:00(13:30～受付開始)　場所:アクティ近江八幡　予約不要、ご自由にお越し下さい)

市税・国民健康保険税の納付に関する相談

市 ■草津市納税課　TEL. 077-561-2311　FAX. 077-561-2479

様々な悩みに関する相談

■草津市社会福祉協議会 心配ごと相談　TEL. 077-566-1266
月～金 10:00～12:00、13:00～15:00(祝日、年末年始、臨時休を除く)

■よりそいホットライン　TEL. 0120-279-338(24時間通話料無料)
(英語、中国語、韓国語、タガログ語、タイ語、スペイン語、ポルトガル語でも相談ができます)

誰もが ゲートキーパーに!

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴き、必要な支援につなげ、見守る人のこと。
そのために特別な資格は必要ありません。

1. **気付き・声かけ**
家族や仲間の変化に気づいて、声をかける

2. **傾聴**
本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

3. **つなぎ**
早めに専門家などに相談するよう促す

4. **見守り**
寄り添いながら、じっくりと見守る

発行　草津市健康福祉部健康増進課
令和5年(2023年)6月改訂
TEL. 077-561-2323　FAX. 077-561-0180
メール. kenko@city.kusatsu.lg.jp