

このパンフレットの使い方

～地域で活動をされている皆さんへ～

生活していく中で、悩みや困りごとは起きてしまうものです。しかし、誰にも相談できず、抱え込んでしまうと徐々に深刻になり、自分らしく生活することが難しくなる人もいます。

日ごろから、地域で皆さんがされている声かけや見守りは、そのような人が相談窓口につながるきっかけとなります。

皆さんが周囲の人の変化に気づいたとき、困りごとに応じた相談窓口を紹介できるよう、よくある困りごとや相談窓口をまとめました。日頃の活動にご活用ください。

1 悩みや困りごとを抱えていそうな人に気づく



2 「どうしたの?」と声をかける



3 このパンフレットに記載された相談窓口を伝える



4 本人による相談が難しい場合は区役所や地域ケアプラザへ対応方法を相談する



「困っている」という言葉があっても、困りごとがハッキリとしない…。複数の困りごとが重なっており、どの窓口を案内してよいのか分からない…。ということも想定されます。話を聞いた皆さんがひとりで頑張らず、区役所や地域ケアプラザ等に声をかけてください。私たちも関係部署・関係機関と連携し、相談をつないでいきます。

★ お近くの福祉保健の相談窓口 (お住まいの地域によって相談先が異なります)

地域ケアプラザでは高齢者、子育て、障害児・者等の相談を幅広くお受けし、必要なサービスや相談窓口につなぎます。

地域ケアプラザ名	電話・FAX番号	担当地区
大岡地域ケアプラザ 大岡1-14-1	☎711-8581 ☎743-6104	井土ヶ谷上町、井土ヶ谷中町、井土ヶ谷下町、大岡1・2丁目、大橋町、弘明寺町、通町、中島町、若宮町、中里町
清水ヶ丘地域ケアプラザ 清水ヶ丘49	☎253-0147 ☎253-0146	庚台、清水ヶ丘、白金町、西中町、伏見町、前里町、三春台、南太田1～4丁目
永田地域ケアプラザ 永田南2-16-31	☎711-8612 ☎711-8614	永田北1～3丁目、永田台、永田東1～3丁目、永田山王台、永田南1・2丁目、永田みなみ台
六ツ川地域ケアプラザ 六ツ川2-3-211	☎716-0682 ☎716-0685	中里4丁目、別所中里台、別所6・7丁目、六ツ川1～4丁目
浦舟地域ケアプラザ 浦舟町3-46	☎261-3318 ☎264-1238	山王町、新川町、高砂町、日枝町、二葉町、南吉田町、吉野町、浦舟町、永楽町、白妙町、高根町、万世町、真金町
中村地域ケアプラザ 中村町2-120-3	☎260-5101 ☎260-5102	中村町、唐沢、山谷、平楽、八幡町
睦地域ケアプラザ 睦町1-31-1	☎730-5080 ☎711-0012	榎町、共進町、宿町、花之木町、東時田町、時田町、宮元町、堀ノ内町、睦町
別所地域ケアプラザ 別所1-7-23	☎714-2215 ☎716-3885	大岡3～5丁目、中里1～3丁目、別所1～5丁目

【相談できる時間】 ■月曜日～土曜日:9時～18時 ■日曜日、祝日:9時～17時

☆ その他の困りごとに応じた専門相談窓口

相談内容	所属	電話・FAX番号
子どもを「虐待しているかも…」と思ったら	横浜市中央児童相談所 相談受付時間:月～金 8時45分～17時(祝日を除く)	☎260-6510
	よこはま子ども虐待ホットライン 相談受付時間:24時間対応	☎0120-805-240
障害に関すること	南区基幹相談支援センター(身体・知的・精神) (地域活動ホームどんとこい・みなみ) 相談受付時間:8時30分～17時(平日のみ)	☎264-2866 ☎264-2966
	南区生活支援センターサザンウインド(精神) 問合せ時間:月～金 9時～20時 土曜 9時～17時(日曜休館)	☎☎251-3991
DVについての悩み	南区女性相談 相談受付時間:月～金 8時45分～17時(祝日を除く)	☎341-1152
	横浜市DV相談支援センター(性別問わず) 相談受付時間:月～金 9時30分～16時30分(祝日・年末年始を除く) 月～金 9時30分～20時、土・日・祝日 9時30分～16時 (第4木曜・年末年始を除く)	☎671-4275 ☎865-2040
ひきこもりに関すること	ひきこもり相談専用ダイヤル 相談受付時間:月～金 9時～17時 (12時～13時を除く。祝日・年末年始を除く)	☎752-8400

地域で活動をされている皆さんへ 南区版

悩みや困りごとを抱えた人の背中をそっと押してください



★ 区役所などの福祉保健の相談窓口

相談内容	所属	電話・FAX番号
高齢者・介護に関すること	南区役所 高齢・障害支援課 高齢者支援担当	☎341-1139 ☎341-1144
障害者に関すること	南区役所 高齢・障害支援課 障害者支援担当	☎341-1141 ☎341-1144
子育てに関すること	南区役所 こども家庭支援課 (南区こども家庭相談)	☎341-1153 ☎341-1145
生活(仕事、お金、今後の生活など)の困りごとに関すること	南区役所 生活支援課	☎341-1207 ☎341-1219
民生委員・児童委員の活動に関すること	南区役所 福祉保健課	☎341-1181 ☎341-1189
地域福祉活動やボランティア活動に関すること	南区社会福祉協議会	☎260-2531 ☎251-3264

