

柏市役所・ラコルタ柏 ウェルネス柏 案内

ウェルネス柏 交通案内

- 柏駅東口** JR常磐線・東武アーバンパークライン(野田線)
 ●徒歩約30分
 ●阪東バス3番乗り場
 柏51「慈恵医大柏病院」行き「柏ふるさと公園入口」下車徒歩約3分
 柏52「ウェルネス柏」行き(平日のみ運行)終点「ウェルネス柏」下車
 柏56「ウェルネス柏(ワニバス)」行き(平日のみ運行)終点「ウェルネス柏」下車
- 北柏駅南口** JR常磐線 各駅停車
 ●徒歩約20分
 ●阪東バス 北柏81「慈恵医大柏病院」行き「慈恵医大柏病院」終点下車徒歩約7分



柏市役所・ラコルタ柏(教育福祉会館) 交通案内

- 柏駅東口** JR常磐線・東武アーバンパークライン ●徒歩約10分
 ●阪東バス3番乗り場 柏56「ウェルネス柏(ワニバス)」行き(平日のみ運行)
 「柏市役所」「ラコルタ柏」下車

柏市 地図付き 相談窓口 ガイドブック

生活
労働
健康
医療
妊娠
子育て
介護
障害



柏市オフィシャル
ウェブサイト

自分が困ったとき

身近なひとがなやんでいたとき

この冊子をお役立てください 柏市

目次

● 総合・地域窓口	P2
福祉の総合相談	P 2
地域づくり・さまざまな福祉に関する相談	P 4
● 専門相談	P5
働く人の悩みに寄り添う相談	P 5
こころの健康・医療等に関する相談	P 7
消費生活に関する相談	P 8
日常生活におけるさまざまな相談	P 9
妊娠・出産・子育てに関する相談	P11
高齢者・介護に関する相談	P14
障害に関する相談	P15
● 傾聴・分かち合い	P16
「つらい」「死にたい」気持ちを聞いてほしい	P16
● つながりマップ	P17

共通事項

※ 24 時間対応の窓口を除き、祝日・年末年始はお休みとなります。
 ※ 諸般の事情により、対応時間・相談方法などが変更している場合があります。

アイコンの説明

	総合相談窓口	家庭の悩み	学校の悩み	仕事の悩み	高齢の悩み
専門分野	総合	家庭	学校	仕事	高齢
	生活の悩み	障害の悩み	健康の悩み	メンタルの悩み	その他
	生活	障害	健康	メンタル	その他

つながりマップ掲載ページ マップ P. ●●

バリアフリー情報 各窓口のバリアフリー情報、言語対応などを表記しています

福祉の総合相談



- 家賃を滞納している
- 経済的な心配がある
- 心の病気かもしれない
- 病気で働けない
- 人間関係で悩んでいる
- 自分・家族のことで困っている

柏市地域生活支援センター

総合 マップ P.22,23

主な内容	福祉のなんでも相談。★緊急相談対応可 年齢や障害の有無不問。訪問や来所でも対応します。
開所時間	月～金 8:30～17:15 (休日時間外対応 応相談)
TEL/MAIL	04-7165-8707 / ainet@kazenomura.jp
ホームページ	http://ainet-kashiwa.net/



エレベーターや手すりを設置

柏市社会福祉協議会

総合 マップ P.22,23,25

主な内容	生活の中でのさまざまな悩みや困りごと、心配ごとの相談。
中央相談所	水曜 10:00～15:00 TEL 04-7163-2734 介護予防センターいきいきプラザ 柏市柏 5-11-8
南部相談所	木曜 10:00～15:00 TEL 04-7193-2942 沼南社会福祉センター 1 階相談室 柏市風早 1-2-2



手すりを設置

柏市男女共同参画センター

家庭 仕事 生活 健康 その他 マップ P.22,23

主な内容	● 女性のこころと生き方相談【予約制】 夫や子どものこと、対人関係等、女性の様々な悩みごとの相談。
受付時間	第2第4(月)、第1第3(火)、毎週(木) 10:00～16:00 第2木曜のみ 14:00～20:00
TEL	04-7167-1127



地域づくり・さまざまな福祉に関する相談

- 福祉総合相談
- 地域参加型有償サービス
- 地域の支え合い推進
- ボランティアコーディネート
- 地域組織（ふるさと協議会等）との連携・活動支援
- その他・地域ニーズに応じた事業など



千葉県男女共同参画センター



総合 マップ P.26

● 男性のための総合相談（希望に応じて面談可）	
主な内容	仕事や人間関係の悩み、ストレスなどを抱えている男性のための電話相談。
受付時間	火・水 16:00～20:00 土 12:30～16:30
TEL	043-308-3421（予約不要）
● 女性のための総合相談（希望に応じて面談可）	
主な内容	自分らしく生きていけるよう、様々な悩みを抱える女性のための電話相談。
受付時間	火～日 9:30～16:00
TEL	04-7140-8605（予約不要）

千葉地方法務局柏支局

総合 マップ P.22,23

● 人権相談	
主な内容	差別や虐待、ハラスメント等、人権にかかるさまざまな相談。インターネットによる相談。 https://www.jinken.go.jp/
受付時間	月～金 8:30～17:15（祝祭日休）
TEL	04-7167-3309（※音声ガイダンス3番）

エレベーター、スロープ設置、多言語電話サービスにて10か国語に対応

「生きるための支援」検索サイト

地域いきいきセンター

総合

メール i-shakyo@kashiwa-shakyo.or.jp

センター名	受付時間	住所・電話	マップ
風早南部地域いきいきセンター (高柳近隣センター内)	月・水・木 10:00～16:00	柏市高柳 1652-10 TEL: 04-7160-6511	マップ P.25
風早北部地域いきいきセンター	お問い合わせ ください	TEL: 04-7163-9001	
松葉町地域いきいきセンター (松葉近隣センター内)	月・木・金 10:00～16:00	柏市松葉町 4-11 TEL: 04-7136-8555	マップ P.19
光ヶ丘地域いきいきセンター (光ヶ丘近隣センター内)	火・木・金 10:00～16:00	柏市光ヶ丘団地 200-5 TEL: 04-7128-9381	マップ P.24
豊四季台地域いきいきセンター (豊四季台近隣センター内)	火・水・金 10:00～16:00	柏市豊四季台 1-1-116 TEL: 04-7128-7110	マップ P.21
富勢地域いきいきセンター (布施近隣センター内)	火・水・金 10:00～16:00	柏市布施 1196-5 TEL: 04-7128-9871	マップ P.20
田中地域いきいきセンター (田中近隣センター内)	月・水・木 10:00～16:00	柏市大室 249-1 TEL: 04-7170-0467	マップ P.19
南部地域いきいきセンター (南部近隣センター内)	月・火・金 10:00～16:00 (第3月曜日休み)	柏市新逆井 2-5-13 TEL: 04-7136-2563	マップ P.24
新富地域いきいきセンター (新富近隣センター内)	火・木・金 10:00～16:00	柏市豊四季 945-1 TEL: 04-7193-8085	マップ P.21
増尾地域いきいきセンター (ほのぼのプラザますお内)	月・火・木・土 10:00～16:00	柏市加賀 3-16-8 TEL: 04-7170-5580	マップ P.24
新田原地域いきいきセンター (新田原近隣センター内)	月・水・金 10:00～16:00 (第3月曜日休み)	柏市東柏 2-2-15 TEL: 04-7157-2317	マップ P.22
高田・松ヶ崎地域いきいきセンター (高田近隣センター内)	月・水・木 10:00～16:00 (第3月曜日休み)	柏市高田 693-2 TEL: 04-7193-8150	マップ P.19

スロープや間口 80 cm 以上の車いす用のトイレ併設

働く人の悩みに寄り添う相談

日本産業カウンセラー協会 東関東支部



家庭 仕事 生活

メンタル その他 マップ P.22,23

●働く人の悩みホットライン（無料・通話料負担）

受付時間	月～土 15:00～20:00（祝日・年末年始を除く）
TEL	03-5772-2183 ※1回30分以内

●こころの電話相談室（無料・通話料負担）

受付時間	月・金 10:00～17:00（12:00～13:00除く）（祝日・年末年始を除く）
TEL	04-7163-7830

●カウンセリング（無料対面相談・予約制）

受付時間	月～金 10:00～17:00（祝日・年末年始を除く）
TEL	04-7168-7163（柏相談室専用）

エレベーター設置。英語での対応が可能

柏商工会議所



仕事 マップ P.22,23

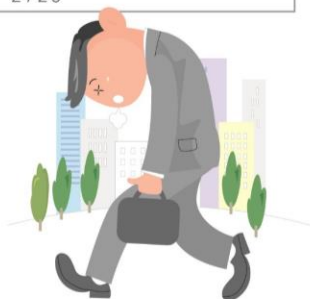
主な内容	● 専門相談（小規模企業者対象） 税務，法律，労務，経営全般，許認可・特許，国際化
受付時間	月～金 9:00～17:30（祝日・年末年始を除く）
TEL/FAX	04-7162-3305 / 04-7162-3323

柏市沼南商工会



仕事 マップ P.25

主な内容	● 経営・専門相談（小規模企業者対象） 税務，法律，労務，商工業・経営，技術・特許，情報化
受付時間	月～金 8:30～17:00（祝日・年末年始を除く）
TEL/FAX	04-7191-2803 / 04-7193-2726



柏労働基準監督署

仕事 マップ P.22

主な内容	・解雇・賃金不払い等の労働条件に関する相談。 ・職場の安全衛生・健康管理に関する相談。 ・労災保険に関する相談等。
受付時間	月～金 8:30～17:15（祝日・年末年始を除く）
TEL	04-7110-7971（総合労働相談コーナー）

中国語，ベトナム語による相談が可能

〈中国語〉毎週 水・金 9:30～17:00 〈ベトナム語〉毎週 火・木 9:00～16:30

千葉労働局ハローワークプラザ柏

仕事 マップ P.22,23

主な内容	職業相談及び職業紹介。
受付時間	月～金 10:15～19:00（祝日・年末年始を除く）
TEL	04-7166-8609

千葉県労働相談センター

仕事 マップ P.26

主な内容	労働問題についての疑問，悩み。 ※無料
受付時間	月～金 9:00～20:00（祝日・年末年始を除く） ※17:00以降は原則電話相談のみ（最終受付は19:45）
TEL	043-223-2744



かしわ地域若者サポートステーション

仕事 マップ P.22

主な内容	働くことに関する悩み相談。 対象 15～49 才まで
受付時間	月～土 9:30～16:30（祝日・年末年始を除く）
TEL	04-7100-1940【予約制】
備考	10～20 代の居場所開設（第2・4 火 午後ラコルタ柏）



英語，スペイン語による相談が可能

千葉県社会保険労務士会東葛支部

仕事 生活 マップ P.22,23

主な内容	年金・労働問題・社会保険・成年後見人に関する相談。 第4金 13:00～17:00（柏市役所本庁舎内・予約制）
受付時間	予約受付 月～金 10:00～12:00 / 13:00～15:00 （祝日・年末年始を除く）
TEL	04-7136-2560



こころの健康・医療等に関する相談

柏市保健所（ウェルネス柏）

マップ P.22

● 精神保健福祉相談 **メンタル**

主な内容	こころの健康を担当する精神保健福祉士や保健師等による相談を随時、お受けしています。
受付時間	月～金 10:00～12:00 / 13:00～16:00（祝日・年末年始を除く）
TEL	04-7167-1254 / 保健予防課

● 医療安全相談 **健康**

主な内容	医療機関や医師等の対応。医療機関を知りたい。 ※ 診療内容や医療事故、医療機関トラブルは対象外です。
受付時間	月～金 9:00～12:00 / 13:00～16:00（祝日・年末年始を除く）
TEL	04-7167-1775 / 総務企画課



間口 80 cm以上の車いす用トイレ、おむつ交換室や授乳室を設置

柏地域医療連携センター

生活 健康 マップ P.21

主な内容	在宅医療や介護に関する相談（保健師・看護師等）。
受付時間	月～金 8:30～17:15（祝日・年末年始を除く）
TEL	04-7197-1510



柏市内の医療機関のご案内

「医療情報ネット」（ナビイ）は
いろいろなキーワードで医療機関の検索ができるサイトです。

医療情報ネット **Q 検索**

「医療情報ネット」での検索項目例

- 病院 / クリニック種別
- 診療科
- 地域
- 最寄り駅など

精神科・心療内科
を探したい救急外来に
かかりたい入院設備のある
医療機関は？

消費生活に関する相談

柏市消費生活センター

**生活 その他** マップ P.22

● 消費生活相談

主な内容	商品やサービスの契約など、消費生活に関する相談や苦情・トラブルの相談をお受けします。
受付時間	月～金 9:00～16:30（祝日・年末年始を除く）※第3土曜日は電話のみ
TEL	04-7164-4100

● 多重債務問題及び消費者問題無料相談

主な内容	【予約制・電話相談不可】相談 40 分、無料 借金、消費者問題などでお悩みの方を対象に、弁護士による相談会を開催。偶数月第3水曜日。
受付時間	月～金 9:00～17:00（祝日・年末年始を除く） 当月分を毎月1日から予約開始（休業日の場合はその翌日）
TEL	04-7163-5853

スロープを設置

千葉県消費者センター

**生活 その他** マップ P.26

主な内容	● 消費生活相談、多重債務に関する相談。 商品の安全・品質、契約、販売方法など消費生活全般から多重債務に関する相談。
受付時間	月～金 9:00～16:30（土：16:00まで）（祝日・年末年始を除く）
TEL	047-434-0999

スロープやバリアフリートイレを設置
聴覚障害の方対象に筆談やFAX (047-431-3858) も対応可能

千葉司法書士会

**生活 その他** マップ P.26

主な内容	● 無料法律相談 多重債務・クレジット悪質商法・少額裁判等の相談。
受付時間 (祝日・年末年始を除く)	月・水 14:00～17:00 土 10:00～15:00 (12:00～13:00 除く)
TEL	0120-971-438 ※千葉県内のみ

日常生活におけるさまざまな相談



- 日常生活上の法律相談
- 外国人のための相談
- 防犯・犯罪被害
- 人権身の上相談
- 暮らしの手続き
- 諸手続き

柏市役所 (法律相談・人権・外国人)

その他 [マップ P.22, 23, 26](#)

主な内容	● 法律相談 【予約制】 相続、離婚、金銭・建物や土地など、法律上の相談。(弁護士) ※裁判・調停中のものはご遠慮ください。	
相談日時/場所	月・水・木 第1水曜 (偶数月) 第2水曜	9:30～15:30 / 本庁舎 9:30～15:30 / 沼南庁舎 18:15～20:40 / アミュゼ柏
TEL	04-7167-1119 / 広報広聴課 < 予約 > 木曜 9:00 から翌週分を先着順で受付	

主な内容	● 人権身の上相談
受付時間	第1・第3火曜 10:00～15:00
TEL	04-7167-1119 / 広報広聴課

主な内容	● 外国人のための相談
受付時間/TEL	13:00～17:00 04-7168-1033 / 外国人相談窓口
	英語 Consultation Desk for Foreign Residents(English) 木曜日 Thursday 1:00 pm to 5:00 pm 中国語 外国人咨询窗口 (汉语) 水曜日, 金曜日, 周三, 周五 下午1点～5点 スペイン語 Ventanillas de consulta para extranjeros (Español) 月曜日 Lunes De 1:00 a 5:00 pm 韓国語 외국인 상담창구 (한국어) 第2, 第4火曜日 제2·제4화요일 오후1시～5시

柏市国際交流センター (パレット柏)

生活 その他 [マップ P.22, 23](#)

主な内容	● 外国人のための無料相談・行政相談。 在留資格、ビザ、国際結婚・離婚、DV など。
受付時間	第4水曜 13:00～17:00 (一人1時間__要予約__)
TEL	04-7157-0281
メール	kcc@kira-kira.jp

千葉県弁護士会松戸支部

その他 [マップ P.26](#)

主な内容	● 多重債務相談、クレジット・サラ金に関する法律相談。 初回相談 (30分程度) に限り無料。 ● その他法律相談全般 (内容によっては相談料別途)
受付時間	月～金 10:00～11:30/13:00～16:00 【予約制】
相談日時	※ 相談内容によって異なります
TEL	047-366-6611 松戸法律相談センター

千葉司法書士会柏支部

その他 [マップ P.22, 23](#)

主な内容	● 相続登記、会社登記、成年後見、遺言相談 【予約制】
予約受付	毎月1日から当月分受付 (平日 13:00～16:00, 土日祝日除く)
日時/場所	第2火曜 10:00～12:00 / 13:00～15:00 本庁舎 偶数月第3火曜 10:00～12:00 / 13:00～15:00 沼南庁舎
TEL	070-3873-5237

柏警察署

その他 [マップ P.19](#)

主な内容	● 犯罪被害の未然防止, 市民生活の安全に関する相談。
TEL	04-7148-0110

千葉犯罪被害者支援センター

その他 [マップ P.26](#)

主な内容	● 犯罪被害を受けた方やそのご家族に対し, 精神的支援とその他各種サポートを行う。
受付時間	月～金 10:00～16:00
TEL	043-225-5450

千葉県行政書士会東葛支部

その他 [マップ P.22, 23](#)

主な内容	● 暮らしの手続き相談 (相続, 成年後見, 遺言) 【予約制】
予約受付	毎月1日から当月分を受付 (平日 9:30～13:00, 土日祝日を除く)
日時/場所	第4火曜 13:00～16:00 / 柏市役所本庁舎
TEL	04-7167-1119 / 広報広聴課 (担当する行政書士の連絡先をお知らせします)

妊娠・出産・子育てに関する相談

- 子育て全般
- 妊娠出産にかかわること
- 児童虐待
- 不登校
- ひきこもり
- いじめ
- 親子関係



柏市(子育て関連相談)

家庭

生活

健康

マップ P.22,23

主な内容	● 妊娠子育て相談窓口【予約優先】 (TeToTe, 柏市役所, ウェルネス柏) 母子健康手帳の交付, 母子保健情報案内 妊娠・出産・産後の相談。	
受付時間	■TeToTe 月～金 10:00～18:00 土 10:00～15:30 ■柏市役所・ウェルネス柏 月～金 9:00～16:30	
TEL	04-7167-1257 / 母子保健課 (地域保健課から課名変更)	

翻訳機を配備しているため、外国語の相談にも対応可能

主な内容	● 駅前すこやかプチルーム【予約制】 妊娠・出産・子育ての相談 (保健師や助産師)。	
受付時間	月・水・金 10:00～11:30 / 14:00～16:00 (1組 30分)	駅前すこやか プチルーム
TEL	04-7167-1257 / 母子保健課 (地域保健課から課名変更)	

翻訳機を配備しているため、外国語の相談にも対応可能

主な内容	● 家庭児童相談 しつけ, 子育ての悩み, 虐待 (18歳未満の家庭問題)。	
受付時間	月～金 8:30～17:15	家庭児童相談
TEL	04-7167-1458 / こども相談センター	

主な内容	● 教育相談【予約制】 不登校・学校教育・幼児教育相談 (教育相談員)	
受付時間	月～金 9:15～15:45	
TEL	04-7131-6671 / 【面接予約】 児童生徒課 (教育支援室) 04-7131-6615 / 【電話相談】 児童生徒課 (教育支援室)	

主な内容	● 母子・父子自立支援相談 離婚を考えているかた, ひとり親家庭及び寡婦のかたなどの 日常生活上の悩みや困りごとの相談。	
受付時間	月～金 9:00～16:00	
TEL	04-7167-1455 / こども福祉課	

はぐはぐひろば柏たなか 相談室ぱぽら

家庭

マップ P.19

主な内容	● 子育て支援アドバイザーによる子育て相談。	
受付時間	月～土 9:30～16:30	
TEL	04-7135-8989	

はぐはぐひろば沼南 みずたま相談室

家庭

マップ P.25

主な内容	● 子育て支援アドバイザーによる子育て相談。	
受付時間	月～土 9:00～17:00	
TEL	04-7191-1925	

少年補導センター

家庭

マップ P.22,23

主な内容	● やまびこ電話柏 友達, 家庭生活, 健康, 学業・進路, ネット上に悪口を書かれた などの相談。匿名可 (専任相談員) 月～金 13:00～19:00 TEL: 04-7166-8181	
	● 少年相談 青少年の非行・いじめ・家出やネット上に悪口を 書かれたなどの相談。 月～金 9:00～17:00 TEL: 04-7164-7571	

にんしん SOS ちば

家庭 健康

主な内容	● 予期しない妊娠に悩んでいる方の相談。
TEL	050-3628-6800 (通話料がかかります) 16:00～23:00 (年中無休) ※Wi-Fi 環境の TEL は HP をご覧ください
メール	HP からメールで相談できます 24 時間 365 日受付
チャット	HP から相談できます (相談可能時間は HP からご確認ください)

にんしん SOS かしわ

家庭 健康

主な内容	● 「妊娠したかもしれない」「健診や出産費用が心配」「親になるのが不安」など予期しない妊娠に関する相談。
受付時間	月～土 9:00～21:00
TEL	070-5364-9627
LINE	LINE で相談できます (24 時間 365 日受付) 「LINE 相談」

認定 NPO 法人キャリアデザイン研究所

家庭 仕事 マップ P.22,23

主な内容	● 生きづらさを感じている方の就労支援、引きこもりの家族を持つ方の支援、中高生の居場所事業ほか。
受付時間	月～金 9:00～17:00
TEL	04-7137-7470

NPO 法人教育支援三アイの会

家庭 学校 マップ P.22,23

主な内容	学校・人間関係・学習に関する相談。
受付時間	月～土 10:00～16:00 土 10:00～12:00
TEL	04-7162-2130

児童家庭支援センター相談室ルッカ

家庭 学校 マップ P.22,23

主な内容	子育ての不安や家族の悩み等の相談。 電話相談・来所相談 (予約制)・訪問相談・心理相談 ※子ども (18 歳まで) からの相談も受け付け可 (※まずお電話を)。
受付時間	月水木金日 9:00～18:00 (祝日も開室)
TEL	04-7199-3552

千葉県ひきこもり地域支援センター

家庭 学校 仕事 マップ P.26

主な内容	ひきこもり状態にあるご本人、ご家族からの相談。
受付時間	月～金 9:30～16:30 (祝日・年末年始を除く)
TEL	043-307-3812

高齢者・介護に関する相談

- 高齢者の心身の健康に関する相談
閉じこもり、うつ症状、認知症等の心配のある方やその家族からの相談に応じ、関係機関のご案内や介護負担軽減のためのサービス等を紹介
- 高齢者の権利擁護に関する相談
認知症等により判断能力が低下した方に対する権利擁護を目的としたサービスや成年後見制度の活用



地域包括支援センター



高齢

受付時間	月～土 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く) ※北柏第2、柏西口第2、沼南地域包括支援センター高柳相談窓口は下表参照。
------	---

センター名	所在地	電話	マップ
柏北部地域包括支援センター	柏市小栗田 1-2-7 アスタリスク 102 号	04-7140-8818	マップ P.19
柏北部第2地域包括支援センター	柏市西原 2-9-4 ネオス 1 階	04-7154-0200	マップ P.19
北柏地域包括支援センター	柏市布施 1-3 介護老人保健施設はみんぐ 1 階	04-7130-7800	マップ P.20
北柏第2地域包括支援センター	柏市大山台 2-3 モラージュ柏 2 階	04-7179-5500 月～土 10:00～18:00	マップ P.19
柏西口地域包括支援センター	柏市豊四季台 1-3-1	04-7142-8008	マップ P.21
柏西口第2地域包括支援センター	柏市豊町 2-5-25 イオンモール柏 3 階	04-7147-8001 月～土 10:00～18:00	マップ P.21
柏東口地域包括支援センター	柏市東上町 2-6 久大マンション 1 階	04-7168-7070	マップ P.22
柏東口第2地域包括支援センター	柏市中央 2-9-12 リッツハウス C 号室	04-7192-6610	マップ P.22
光ヶ丘地域包括支援センター	柏市今谷南町 4-20	04-7160-0003	マップ P.24
柏南部地域包括支援センター	柏市南増尾 58-3 リフレッシュプラザ柏 1 階	04-7160-0002	マップ P.24
柏南部第2地域包括支援センター	柏市加賀 3-16-8 ほのぼのプラザますお内	04-7170-9300	マップ P.24
沼南地域包括支援センター	柏市風早 1-2-2 沼南社会福祉センター 1 階	04-7190-1900	マップ P.25
沼南地域包括支援センター高柳相談窓口	柏市高柳 1-6-6 ヤオコー柏高柳駅前店 3 階	04-7199-3660 月～土 9:00～17:15	マップ P.25

障害に関する相談

- 福祉サービスの利用に関すること
- セルフプランの作成補助
- 障害に関すること
- 余暇に関すること
- 日常生活における困りごと
- 家族に関する悩み
- 行政手続き支援
- 就労に関すること
- 虐待・権利擁護について
- 成年後見に関すること



※介護保険対象の方は、地域包括支援センターにご相談ください。
※祝日・年末年始を除く。ただし緊急時は★のみ24時間受付。

委託相談支援事業所 ★地域生活支援拠点

障害

事業所名	受付時間	TEL・FAX	
★【あおば】地域生活相談センターシャル 柏市高田三勢 1087-5	平日 8:30～18:30	TEL 04-7126-0127 FAX 04-7197-5190	マップ P.19
★【たんぼぼ】たんぼぼセンター 柏市柏下 93-2	平日 8:30～17:15	TEL 04-7160-1239 FAX 04-7136-1563	マップ P.22
★【しょうなん】サポートセンター沼南 柏市大津ヶ丘 2-19-5	平日 8:30～17:15	TEL 04-7191-3391 FAX 04-7191-2400	マップ P.25
★【ぶるーむの風】ぶるーむの風相談室 柏市中原 1817-1	平日 8:30～18:00	TEL 04-7128-4135 FAX 04-7128-4136	マップ P.24

千葉県発達障害支援センター CAS 東葛飾

障害 マップ P.26

主な内容	● 発達障害と診断された方もしくは疑いのある方や家族の相談。
受付時間	月～土 9:00～17:00
TEL	04-7165-2515

千葉県東葛飾障害者相談センター

障害 マップ P.26

主な内容	● 障害差別に関する相談。 電話 月～金 9:00～17:00 対面 水曜日 9:00～17:00 ラコルタ柏
受付時間	月～金 9:00～17:00
TEL	04-7179-1088

手話通訳が必要な方はお問い合わせください



「つらい」「死にたい」気持ちを聞いてほしい

千葉いのちの電話

総合 マップ P.26

主な内容	● 電話相談【24時間・年中無休】 TEL 043-227-3900 ナビダイヤル 10:00～22:00 TEL 0570-783-556 フリーダイヤル TEL 0120-783-556 毎月10日 8:00～翌8:00	
	● 対面相談【予約制】 1回50分、継続3回まで。無料、ただし初回2000円。 月・火・金 11:00～/13:00～/14:30～ TEL 043-222-4331 ※予約受付時間 月～金 9:00～17:00（祝日を除く）	
	● インターネット相談 「千葉いのちの電話」で検索	
	● 自死遺族支援	

わかちあいの会「ひだまり」

主な内容	家族や身近な方を自死（自殺）によって亡くされた方が、悲しみを語り合い分かちあえる場です。 詳細は「千葉いのちの電話」ホームページにて。 日時：奇数月第2日曜日 13:30～16:00 アミュゼ柏 申込：当日、直接会場へ
TEL	043-222-4416（千葉いのちの電話）

認定NPO法人 千葉県東葛地区・生と死を考える会

主な内容	家族や親しい人を亡くし、悲嘆や心の痛みを抱えている方々に寄り添い分かち合う場、死生観を語る場、講演会・学習会を行っています。 ● 自死遺族の語り合いの場「まんりょうの会」（第3日曜 10:30～12:00） ● 喪失体験者の集い（第3日曜 13:30～15:30） ● 痛みの分かち合いの会（第1木曜 13:00～15:00） ● 遺族のためのグリーフケア（第1水曜 13:30～15:30） ● こころの痛みの相談室（第2水曜 13:30～15:30）
所在地	柏市南柏 1-5-14 南柏会館7F
TEL	04-7141-2440（事務局）※不在が多いので、メールをお願いします。
メール	mitsui@grief-care.com



柏市つながりマップ

「どこに相談したらいいのかわからない」

と思った時は、総合相談を受け付けている

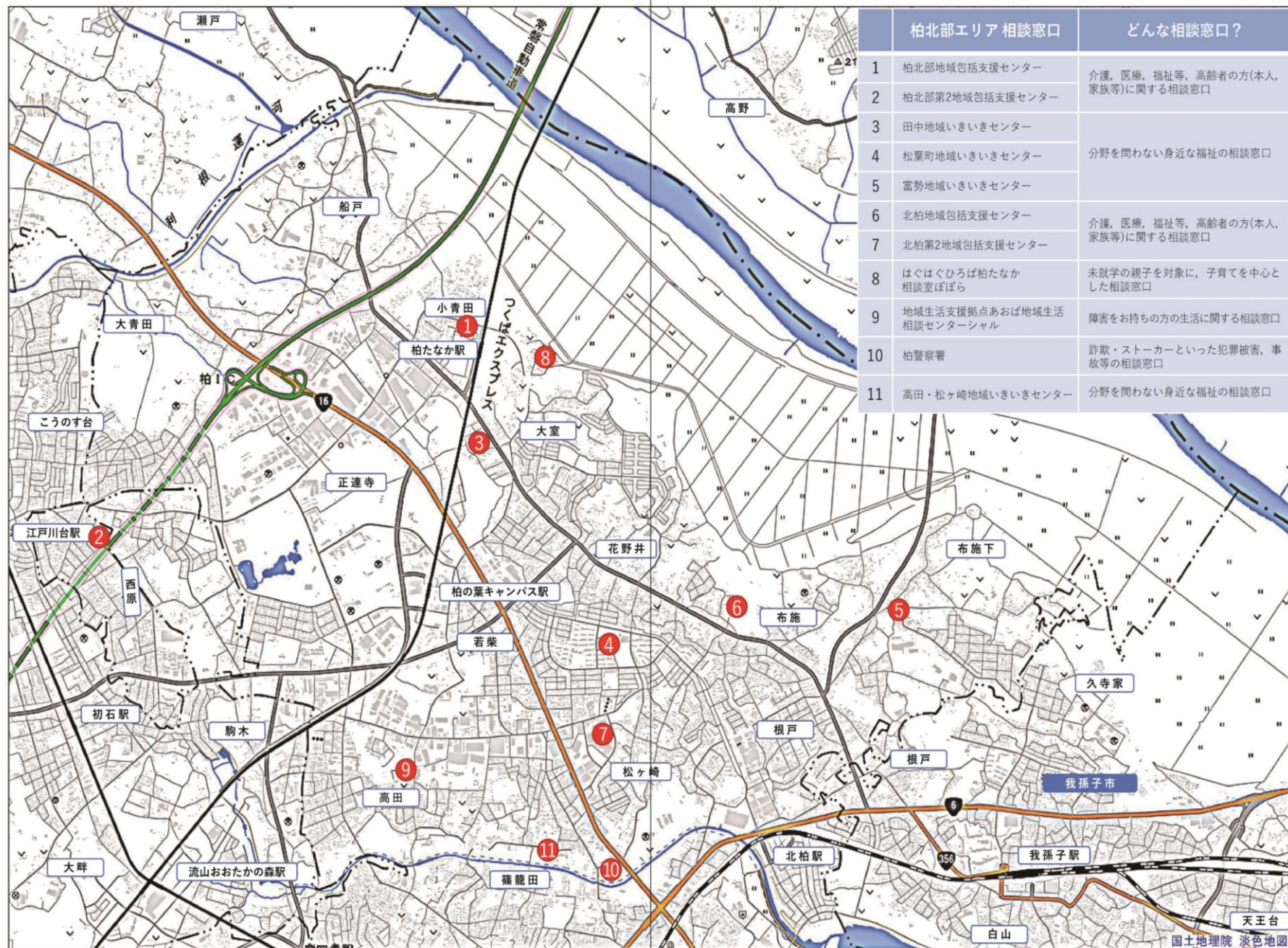
「**20 柏市地域生活支援センター**」までご相談ください。

様々な相談に対応しています。お悩みに応じて、専門性の高い別の機関をご紹介させていただくこともありますのでご了承ください。



	名称	住所	電話番号
1	柏北部地域包括支援センター	柏市小栗田1-2-7 アスタリスク102	04-7140-8818
2	柏北部第2地域包括支援センター	柏市西原2-9-4 ネオス1階	04-7154-0200
3	田中地域いきいきセンター	柏市大室249-1 田中近隣センター	04-7170-0467
4	松葉町地域いきいきセンター	柏市松葉町4-11 松葉近隣センター	04-7136-8555
5	富勢地域いきいきセンター	柏市布施1196-5 布施近隣センター	04-7128-9871
6	北柏地域包括支援センター	柏市布施 1-3	04-7130-7800
7	北柏第2地域包括支援センター	柏市大山台 2-3 モラージュ柏2階	04-7179-5500
8	はぐはぐひろば柏たなか 相談室ばら	柏市大室1-4 セナリオハウスパーク柏たなか内 柏市地域子育て支援施設	04-7135-8989
9	地域生活支援拠点おば地域生活相談センターチャル	柏市高田三勢 1087-5	04-7126-0127
10	柏警察署	柏市松ヶ崎722番地1	04-7148-0110
11	高田・松ヶ崎地域いきいきセンター	柏市高田 693-2 高田近隣センター内	04-7193-8150

12	妊娠子育て相談窓口(4月以降)	柏市柏4丁目9-7 TeToTe 2階	04-7167-1257
13	駅前すこやかプチルーム	柏市柏4丁目9-7 TeToTe 2階	04-7167-1257
14	柏市男女共同参画センター 柏市国際交流センター	柏市柏1-7-1-301 DayOneタワー3階	04-7167-1127 04-7157-0281
15	日本産業力カウンセラー協会東関東支部	柏市柏2-6-17	04-7168-7160
16	さなぎの会/はじめての第一歩事業所 (NPO法人キャリアデザイン研究所)	柏市未広町5-16エスパス柏5階D	04-7137-7470
17	NPO法人教育支援三アイの会	柏市柏3-6-14増谷第一ビル4階	04-7162-2130
18	千葉労働局ハローワークプラザ柏	柏市柏4-8-1 柏東口金子ビル	04-7166-8609
19	児童家庭支援センター 相談室ルッカ	柏市柏 5-8-6柏央ビル405	04-7199-3552
20	柏市地域生活支援センター	柏市柏 5-8-12 柏市教育福祉会館ラコルタ柏1階	04-7165-8707
21	少年補導センター	柏市柏5-8-32	04-7164-7571
22	柏市役所	柏市柏5-10-1	04-7167-1111
23	柏市社会福祉協議会	柏市柏5-11-8 介護予防センターいきいきプラザ	04-7163-9000
24	心配ごと相談中央相談所	柏市柏5-11-8 介護予防センターいきいきプラザ	04-7163-2734
25	千葉地方法務局柏支局(人権相談窓口)	柏市柏6-10-25	04-7167-3309
26	柏労働基準監督署(総合労働相談コーナー)	柏市中央町3-2 TLR柏ビル3階	04-7110-7971
27	ウェルネス柏	柏市柏下65-1	04-7167-1255 (柏市保健所総務企画課)
28	かしわ地域若者サポートステーション	柏市柏下66-1 柏市保健労働会館内	04-7100-1940
29	柏市消費生活センター	柏市柏下73	04-7163-5853
30	地域生活支援拠点たんぼセンター	柏市柏下93-2	04-7160-1239
31	柏東口地域包括支援センター	柏市東上町2-6 久大マンション 1階	04-7168-7070
32	柏商工会議所	柏市東上町7-18	04-7162-3311
33	柏東口第2地域包括支援センター	柏市中央2-9-12 リッツハウスC号室	04-7192-6610
34	新富地域いきいきセンター	柏市豊四季945-1	04-7193-8085
35	柏地域医療連携センター	柏市豊四季台1-1-118	04-7197-1510
36	豊四季台地域いきいきセンター	柏市豊四季台 1-1-116 豊四季台近隣センター	04-7128-7110
37	柏西口地域包括支援センター	柏市豊四季台1-3-1	04-7142-8008
38	柏西口第2地域包括支援センター	柏市豊町2-5-25 イオンモール柏3階	04-7147-8001
39	新田原地域いきいきセンター	柏市東柏 2-2-15 新田原近隣センター内	04-7157-2317
40	地域生活支援拠点ぶるーむの風 相談室	柏市中原 1817-1	04-7128-4135
41	光ヶ丘地域包括支援センター	柏市今谷南町 4-20	04-7160-0003
42	光ヶ丘地域いきいきセンター	柏市光ヶ丘団地200-5 光ヶ丘近隣センター	04-7128-9381
43	柏南部地域包括支援センター	柏市南増尾58-3 リフレッシュプラザ柏内	04-7160-0002
44	増尾地域いきいきセンター 柏南部第2地域包括支援センター	柏市加賀 3-16-8 介護予防センターほのぼのプラザますお内	04-7170-5580 04-7170-9300
45	南部地域いきいきセンター	柏市新逆井2-5-13 南部近隣センター	04-7136-2563
46	柏市役所 沼南庁舎	柏市大島田48番地1	04-7191-1111
47	地域生活支援拠点しょうなんサポートセンター沼南	柏市大津ヶ丘2-19-5	04-7191-3391
48	沼南地域包括支援センター		04-7190-1900
49	はぐはぐひろば沼南 みずたま相談室	柏市風早1-2-2 沼南社会福祉センター内	04-7191-1925
50	心配ごと相談南部相談所		04-7193-2942
51	柏市沼南商工会	柏市風早1丁目6-16	04-7191-2803
52	沼南地域包括支援センター高柳相談窓口	柏市高柳1-6-6 ヤオコー柏高柳駅前店3階	04-7199-3660
53	風早南部地域いきいきセンター	柏市高柳1652-10 高柳近隣センター	04-7160-6511



柏北部

大青田、小青田、船戸山高野、船戸、柏インター東、柏インター南、新十余二、中十余二、青田新田飛地、みどり台、伊勢原、柏の葉、正連寺、若葉、西原、西柏台、大室、新利根、上利根、金天下、花野井、布施、布施下、布施新町、布施新田、松葉町、宮連寺、大山台、十全二、松ヶ崎、松ヶ崎新田、根戸、根戸新田、北柏台、北柏、高田、柏堀之内新田、



柏駅周辺拡大図

★の柏市地域生活支援センターは総合相談窓口です。
どこに相談したらよいかわからない場合はこちらまでご相談ください。

ゲートキーパーを知っていますか？

ゲートキーパーとは、自殺の危険を示すサインに気づき、対応を図ることができる人のことです。
資格や職業ではありません。誰もがなることが出来ます。

SOSが出しやすい地域づくりのために、各地でゲートキーパーを増やす取り組みが行われています。



ゲートキーパー5つの役割

- 1 気づき = 異変に気づく
- 2 声かけ = 相手に声をかける
- 3 傾聴 = 相手の話を聴く
- 4 つなぎ = 相談機関等につなぐ
- 5 見守り = つないだ後もよりそう



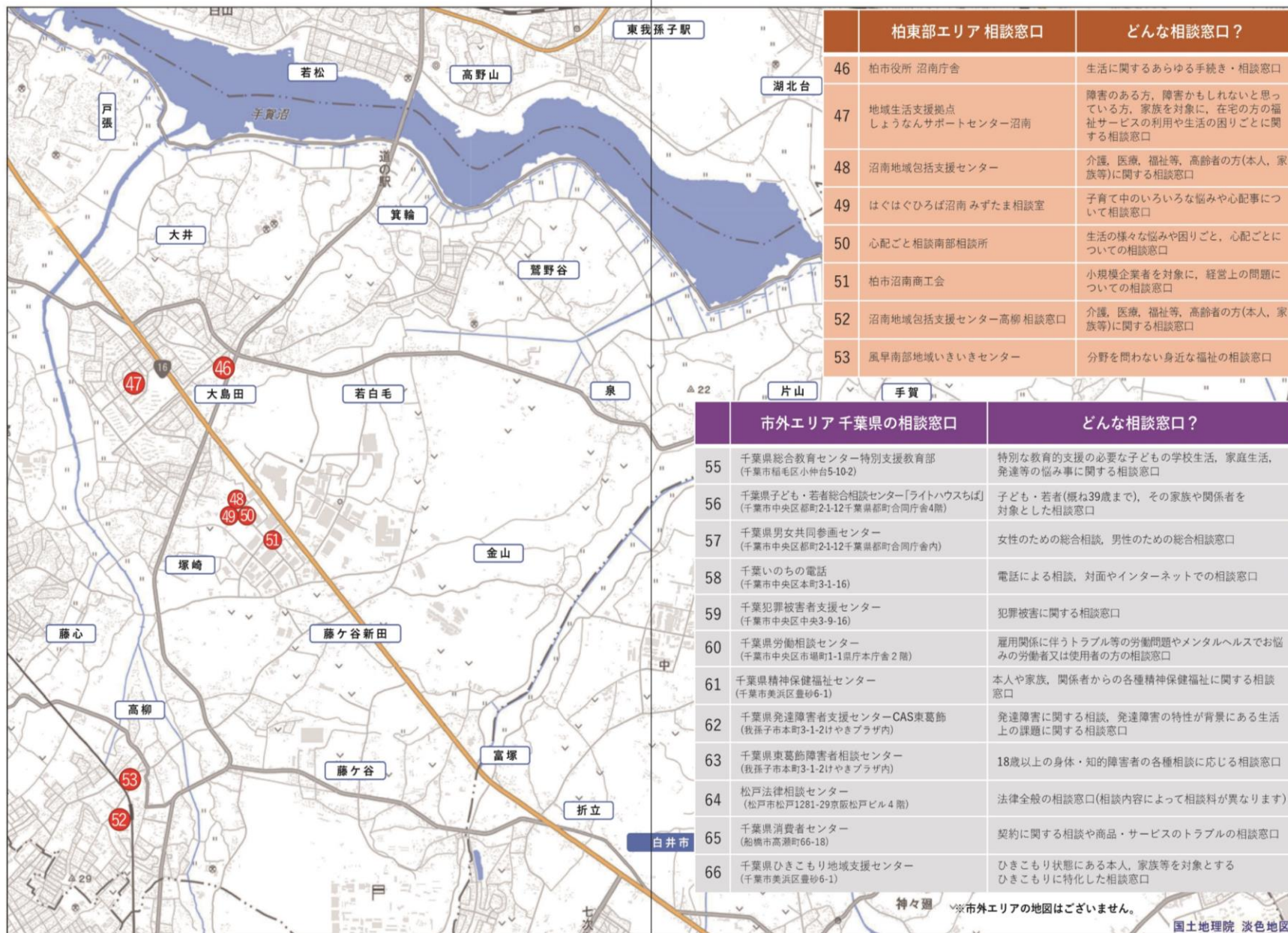
柏市では、ゲートキーパーを養成する研修講座を毎年開催しています。
詳しくは、柏市の広報やホームページをご覧ください。



柏南部

名戸ヶ谷、新柏、豊住、今谷上町、今谷南町、中原、増尾、増尾台、つくしが丘、東中新宿、中新宿、加賀、光ヶ丘、光ヶ丘団地、酒井根、東山、西山、南増尾、青葉台、藤心、逆井藤ノ台、逆井、新逆井、南逆井

柏南部エリア相談窓口	どんな相談窓口？
40 地域生活支援拠点 ぶるーむの風	障害福祉サービス等の利用の相談窓口
41 光ヶ丘地域包括支援センター	介護、医療、福祉等、高齢者の方(本人、家族等)に関する相談窓口
42 光ヶ丘地域いきいきセンター	分野を問わない身近な福祉の相談窓口
43 柏南部地域包括支援センター	介護、医療、福祉等、高齢者の方(本人、家族等)に関する相談窓口
44 増尾地域いきいきセンター	分野を問わない身近な福祉の相談窓口
柏南部第2地域包括支援センター	介護、医療、福祉等、高齢者の方(本人、家族等)に関する相談窓口
45 南部地域いきいきセンター	分野を問わない身近な福祉の相談窓口



柏東部

大井新田、大井、箕輪新田、箕輪、岩井新田、岩井、驚野谷新田、驚野谷、泉村新田、染井入新田、片山新田、曙橋、水道橋、千間橋、手賀新田、手賀、布瀬新田、布瀬、片山、手賀の杜、五條谷、緑台、大津ヶ丘、大島田、若白毛、塚崎、風早、泉、柳戸、金山、藤ヶ谷、藤ヶ谷新田、高柳、高柳新田、南高柳、高南台、しいの木台