

仕事

相談内容	問い合わせ・連絡先	受付時間
賃金、過重労働、ハラスメントの相談(労働相談)	鎌倉市商工課 ☎0467-61-3853	月2回 予約制
職場の人間関係などの相談(メンタルヘルス相談)		月1回 予約制
就職活動でお困りの方(就労相談)		月1回 予約制
	セカンドライフかまくら ☎0467-55-5520 ※概ね55歳以上	月曜日から金曜日(祝日を除く) 9時30分~16時
働くことや自立に不安や悩みを抱えている方の相談	湘南・横浜 若者サポートステーション ☎0467-42-0203	月曜日から金曜日(祝日を除く) 10時~18時
これまで働いたことがない、働いても続かないなど、働くことでお困りの方の相談	スリー・プラス鎌倉 (鎌倉市就労準備支援事業) ☎0467-38-8242	月曜日から金曜日(祝日を除く) 9時~17時

くらしと福祉の相談窓口

「複数の困りごとの相談」や「相談窓口がわからない」方のための相談窓口です。

- ★ゆっくり話を聞き、一緒に考え、適切な窓口を見つけます
 - ★複数の困りごとがある場合は、それぞれの担当者が参ります
- まずはお気軽に、鎌倉市役所本庁舎1階3番窓口までお越しください。



くらしと福祉の相談窓口 (鎌倉市地域共生課) ☎0467-61-3864 月曜日から金曜日(祝日を除く) 8時30分~17時

鎌倉の大切にしたい共生社会とは

私たちはみな、自分らしく生き、自分の望むかたちで社会に参加する権利があります。でも、自分らしく生活したくても、多くの人にとっての「ふつう」や「当たり前」を前提にした社会に、生きにくさや生き心地の悪さを感じる人がいます。

多様性を認め、互いを思い、自分らしく安心して暮らせる場所にしていきたいと考え、そのために、あなたのつらさに寄り添っていきたくと思っています。

かまくら サポートリスト



困ったとき、話を聴き一緒に考える相談先があります

List of support services in Kamakura
~We are here to support you~

Consultation
Service For
Foreigner



鎌倉市

本リストの使い方

- ★このリストは、「困っていることをどこに相談できるか」「困っている人が支援につながる窓口はどこか」を探するときのヒントとなるように作成したものです
- ★まずは「困りごと」から相談窓口をさがしてみてください
- ★さまざまな問題がある場合は、必要に応じて、複数の課や関係機関と協力してサポートします
※相談は無料です ※プライバシーは守ります

学校・教育

◎P.3へ

- 学校に行くのがつらい
- いじめや体罰で悩んでいるなど

家庭・人間関係

◎P.4・5へ

- DVやセクハラを受けている
- 育児や子どもの成長で悩んでいる
- 介護の相談をしたいなど

暮らし

◎P.6へ

- 生活が苦しい
- 相続に困っている
- 契約トラブル・悪徳商法で悩んでいるなど

こころからだ

◎P.6・7へ

- こころやからだの相談をしたい
- つらい気持ちを聞いてほしい
- 死にたくなるほどつらいなど

仕事

◎P.8へ

- 職場環境のことで悩んでいる
- 人間関係で困っている
- 働くことに不安があるなど

くらしと福祉の相談窓口

◎P.8へ

- どこに相談していいのかわからない…
- いろいろあって何をどうしていいかわからない…など

学校・教育

相談内容	問い合わせ・連絡先	受付時間
小中学生の登校しぶり・不登校など学校生活に関する相談	鎌倉市教育センター相談室 ☎0467-24-3386	月曜日から金曜日(祝日を除く) 9時～17時
いじめに関する相談	 鎌倉市いじめ相談ダイヤル ☎0467-24-5235	月曜日から金曜日(祝日を除く) 9時～17時 ※第2・第4火曜日(祝日を除く) は9時～18時
体罰に関する相談	鎌倉市教育委員会教育指導課 ☎0467-23-3000 (内線 2468、2721)	月曜日から金曜日(祝日を除く) 9時～17時
学校や家庭に関するさまざまな相談	24時間子どもSOSダイヤル ☎0120-0-78310 ☎0466-81-8111	24時間 年中無休

LINE、チャットによる相談

LINE・チャットで相談ができます。

年齢・性別を問わず、LINE・チャットなどによる相談

一般社団法人
社会的包摂サポートセンター
生きづらびっと



こころのほっと
チャット



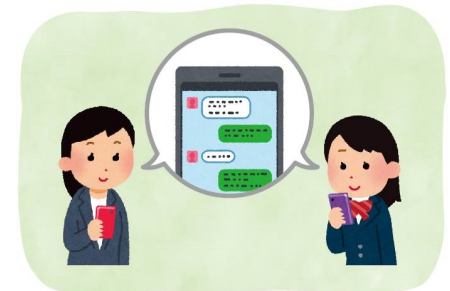
10代20代の女性のためのLINE相談

NPO法人
BONDプロジェクト



18歳以下の子どものためのチャット相談

チャイルドライン
チャット相談



(厚生労働省 自殺対策におけるSNS相談事業)

家庭・人間関係



相談内容	問い合わせ・連絡先	受付時間
夫婦、家族関係、暴力などの相談 (DV相談含む)	鎌倉市地域共生課 女性のための相談窓口 ☎0467-23-9311	月曜日から金曜日(祝日を除く) 10時～13時 14時～16時30分
	DV被害に関する相談 詳しくは 神奈川県 DV相談 検索	
	▶女性のためのDV相談窓口 ☎0466-26-5550	月曜日から金曜日(祝日を除く) 9時～21時 土曜日・日曜日(祝日を除く) 9時～17時
	▶男性のためのDV相談窓口 ☎0570-033-103	月曜日から金曜日(祝日を除く) 9時～21時
子どもの健康に関する相談	鎌倉市市民健康課 ☎0467-61-3944	月曜日から金曜日(祝日を除く) 8時30分～17時
子どもの発達に関する相談	鎌倉市発達支援室 ☎0467-23-5130	月曜日から金曜日(祝日を除く) 8時30分～17時
育児をはじめ子どもや家庭に関する相談	鎌倉市こども相談課 ▶こどもと家庭の相談室 ☎0467-23-0630	月曜日から金曜日(祝日を除く) 第2土曜日8時30分～17時
	▶ひとり親家庭等に関する相談 ☎0467-61-3897	月曜日から金曜日(祝日を除く) 第2土曜日9時～17時
	テレホン相談(子ども・家庭110番) ☎0466-84-7000	9時～20時 年中無休
	神奈川県鎌倉三浦地域 児童相談所 ☎046-828-7050	月曜日から金曜日(祝日を除く) 8時30分～17時
ひきこもりに関する相談	鎌倉市ひきこもり相談窓口 ☎0467-61-2319	月曜日から金曜日(祝日を除く) 9時～17時
障害福祉全般に関する相談	鎌倉市障害福祉課 ☎0467-61-3974	月曜日から金曜日(祝日を除く) 8時30分～17時
	キャロットサポートセンター ☎0467-25-3939	月曜日から金曜日(祝日を除く) 9時～17時
	鎌倉市地域支援室 ☎0467-55-8878	月曜日から金曜日(祝日を除く) 8時30分～17時30分
主に精神障害者を対象とした 障害福祉全般に関する相談	地域生活サポートセンターとらいむ ☎0467-61-3205	月曜日から金曜日(祝日を除く) 9時30分～17時

家庭・人間関係



相談内容	問い合わせ・連絡先	受付時間
高齢者の方の生活に関する相談 地域包括支援センター	鎌倉市社会福祉協議会 ☎0467-61-2600 (十二所、二階堂、西御門、雪ノ下、扇ガ谷、小町、御成町、浄明寺)	月曜日から金曜日 (祝日を除く) 8時30分～17時
	鎌倉きしろ ☎0467-40-4434 (大町、材木座)	月曜日から土曜日 9時～17時30分
	鎌倉静養館 ☎0467-23-9110 (由比ガ浜、笹目町、佐助、長谷、坂ノ下、極楽寺、稲村ガ崎)	月曜日から土曜日 (祝日を除く) 8時30分～17時30分
	聖テレジア ☎0467-38-1581 (腰越[一丁目から五丁目]、七里ガ浜東、津西、七里ガ浜)	月曜日から土曜日 8時30分～17時
	聖テレジア第2 ☎0467-38-6612 (腰越[一丁目から五丁目を除く]、津、西鎌倉、手広、鎌倉山)	月曜日から土曜日 8時30分～17時
	みどりの園鎌倉 ☎0467-62-0666 (梶原[一丁目から五丁目を除く]、寺分[一丁目から三丁目を除く]、上町屋、常盤、笹田)	月曜日から土曜日 (祝日を除く) 8時30分～17時15分
	湘南鎌倉 ☎0467-41-4013 (山崎、梶原[一丁目から五丁目]、寺分[一丁目から三丁目])	月曜日から土曜日 (祝日を除く) 8時30分～17時
	きしろ ☎0467-42-7503 (山ノ内、台[一丁目を除く]、小袋谷、大船[一丁目から六丁目を除く]、高野)	月曜日から土曜日 9時～17時30分
	ふれあいの泉 ☎0467-43-5977 (大船[一丁目から六丁目]、岩瀬、今泉、今泉台)	月曜日から土曜日 8時30分～17時30分
	ささりんどう鎌倉 ☎0467-42-3702 (台一丁目、岡本、玉縄、植木、城廻、関谷)	月曜日から金曜日 (祝日を除く) 9時～18時

高齢者の方の生活に関する相談

地域包括支援センター

「65歳以上の高齢者よろず相談所」です。
専属の保健師(看護師)、社会福祉士、主任ケアマネージャーが介護の相談をはじめ、生活の不安や困りごとに応じています。

※お住いの地域によって
相談先が異なります。

暮らし

相談内容	問い合わせ・連絡先	受付時間
経済的な困り事の相談	インクル相談室鎌倉 (鎌倉市生活困窮者自立相談支援事業) ☎0467-46-2119	月曜日から金曜日(祝日を除く) 9時～17時
	鎌倉市生活福祉課 ☎0467-61-3972	月曜日から金曜日(祝日を除く) 8時30分～17時
相続などの法律的な相談	くらしと福祉の相談窓口 (鎌倉市地域共生課) ☎0467-61-3864	月曜日から金曜日(祝日を除く) 8時30分～17時
商品やサービスの契約トラブルなどの消費生活に関する相談	鎌倉市消費生活センター ☎0467-24-0077	月曜日から金曜日(祝日を除く) 9時30分～16時
市税の納付に関する相談	鎌倉市納税課納税担当 ☎0467-61-3915	月曜日から金曜日(祝日を除く) 8時30分～17時
住まい探しの困りごとに関する相談	都市整備総務課(住宅担当) ☎0467-61-3679	月曜日から金曜日(祝日を除く) 8時30分～17時

こころからだ

相談内容	問い合わせ・連絡先	受付時間
健康に関する相談	鎌倉市市民健康課 ☎0467-61-3946	月曜日から金曜日(祝日を除く) 8時30分～17時
こころの健康相談	神奈川県 鎌倉保健福祉事務所 ☎0467-24-3900	月曜日から金曜日(祝日を除く) 8時30分～17時15分
大切な人を亡くしてつらい	神奈川県精神保健福祉センター 自死遺族電話相談 ☎045-821-6937	毎週水・木曜日 (祝日を除く) 13時30分～16時30分
死にたくなるほどつらい	横浜いのちの電話 ☎045-335-4343	24時間 年中無休

あなた自身のこころを知ってみませんか
【こころの健康チェックができます】

神奈川県

こころナビ かながわ



精神科等の医療機関

★こころに不調を感じた時は、受診をご検討ください。

地域	医療機関名(所在地)	電話番号	精神科	心療内科	入院病棟
鎌倉	鎌倉メンタルクリニック (雪ノ下1-9-21 トウセン鎌倉ビル3F)	☎050-3734-3855	○	○	
	雪ノ下診療所 (小町1-6-5)	☎0467-22-1778	○	○	
	みやじこころクリニック (扇ガ谷1-8-1 山口ビル2階)	☎0467-25-5564	○	○	
	由比ガ浜こころのクリニック (由比ガ浜2-16-2-301)	☎0467-60-5211	○	○	
	額田記念病院 (大町4-6-6)	☎0467-25-1231	○		
	恩田クリニック (御成町 7-8 御成ever3階 3-B)	☎0467-73-7877	○	○	
深沢	メンタルホスピタルかまくら山 (鎌倉山1-23-1)	☎0467-32-2550	○	○	○
	田川医院 (梶原2-34-5)	☎0467-44-1657	○	○	
大船	大船すばるクリニック (大船1-24-19 カサハラビル大船IV6階)	☎0467-46-0101	○	○	
	ハートクリニック (大船1-22-9 湘南大船ビル4F)	☎0467-46-8610	○	○	
	大河内メンタルクリニック (大船2-18-16)	☎0467-47-1235	○		
	信愛クリニック (大船2-26-10)	☎0467-48-6678		○	
玉縄	さとうクリニック (台5-8-29 いけだビル2F)	☎0467-43-5220		○	
	大船クリニック (玉縄1-11-11)	☎0467-44-5505	○		
	アカラクリニック (岡本1343-5)	☎0467-84-9527		○	