

相談したい

ひとり親家庭のための総合相談窓口

①母子・父子自立支援員（四日市市こども家庭課）

ひとり親家庭の母・父や寡婦の方が抱える悩みごとの相談や、自立に必要な情報提供などの支援を母子・父子自立支援員が行います。窓口相談のほか、メール相談もあります。

■お問い合わせ

四日市市こども家庭課 **TEL.059-354-8276**



②四日市市母子・父子福祉センター

ひとり親家庭および寡婦の方の生活や自立に関する相談、情報提供を行います。

■お問い合わせ

四日市市母子・父子福祉センター **TEL.059-354-8277**



離婚やDVなどの悩みに関する相談窓口

①養育費等相談支援センター

養育費や親子交流に関する当事者からの相談に応じます。

電話相談 平日（水曜を除く） 10:00～20:00

水曜 12:00～22:00

土曜・祝日 10:00～18:00

メール相談 info@youikuhi.or.jp 回答はPCより送信します。

■お問い合わせ

養育費等相談支援センター

TEL.0120-965-419（携帯電話不可）

TEL.03-3980-4108 ※ご希望によりセンターがかけ直して電話料金を負担します。



②四日市市男女共同参画センター はもりあ四日市

* 女性のための電話相談

夫や恋人からの暴力、家族関係、職場の人間関係など女性の悩みや相談を女性相談員が電話で受け付けています。(お一人30分程度)

火・木・金・土曜 9:00～16:00

水曜 9:00～19:30

※電話相談後、必要に応じて面接相談におつなぎします。

※面接相談後、必要に応じて法律相談や心理相談も受けられます。

■お問合わせ

女性のための電話相談 **TEL.059-354-8335**

以下すべての
相談のQRコード
はこちら



* 男性のための電話相談

夫婦や恋人との関係(DVを含む)、家族関係、職場の人間関係など男性の悩みや相談を、男性の臨床心理士が電話で受け付けています。(お一人30分程度)

毎月原則第4土曜 9:30～12:30

■お問合わせ

男性のための電話相談 **TEL.059-354-1070**

* 働く女性、働きたい女性のための就労相談

働いている人、これから働きたい人の悩みをキャリアコンサルタントがお聞きます。(お一人50分程度)

毎月原則第2土曜、第2・4水曜

第2土曜(対面) 9:00～12:00 13:00～15:00

第2水曜(オンライン) 13:00～16:00

第4水曜(オンライン) 17:00～20:00

年末年始は休み

■お問合わせ

働く女性、働きたい女性のための就労相談

TEL.(予約専用)0120-976-477 (株式会社ファーストステップ)

* シングルマザー等家計相談

ひとり親、または離婚を考えている女性を対象に、お金に関する悩みをファイナンシャルプランナーがお聞きします。(1回1時間程度の個別相談)

毎月原則第1土曜 9:00～12:00

■お問合わせ

シングルマザー等家計相談 **TEL.(予約専用)059-355-1320**

受付時間：平日10:00～18:00(株式会社デルタスタジオ)

③三重県男女共同参画センター 「フレンテみえ」

【フレンテみえ相談室】

性別にとらわれず自分らしく生きていく上での様々な悩みについて相談を受け付けます。秘密厳守、相談は無料です。

* 女性のための電話相談(女性の相談員)

利用時間		月	火	水	木	金	土	日
朝	9:00～12:00		●	●	●	●	●	●
昼	13:00～15:30	休館日	●	×	×	●	●	●
夜	17:00～19:00		×	×	●	×	×	×

※休館日(月曜)が祝日にあたる場合、朝、昼の相談あり。翌平日は休館。

* 女性のための面接相談(・女性の相談員・電話にて予約)

* 女性のための法律相談(・女性の弁護士・面談・電話にて予約)

原則第1・3土曜 13:30～16:30 第3土曜は無料託児あり

* 女性のための心理相談(・女性の臨床心理士・電話相談・電話にて予約)

原則第2・4水曜 13:00～15:30

女性のための電話相談(面接・法律・心理相談予約)

TEL.059-233-1133

***男性のための電話相談**(男性の相談員)

原則第1木曜 17:00～19:00

男性のための電話相談 **TEL.059-233-1134**

.....

***みえにじいろ相談** 性の多様性に関する相談

電話相談 第1日曜 13:00～19:00

第3金曜 14:00～20:00

SNS相談 第2金曜 14:00～20:00

第4日曜 13:00～19:00

みえにじいろ相談(電話相談) **TEL.059-233-1134**

(SNS相談) **LINE公式アカウントで友達追加→**



■お問合わせ(申込み)

三重県男女共同参画センター 「フレンテみえ」 **TEL.059-223-1131**

離婚や債務などの法律に関する相談窓口

①母子・父子に関する法律相談

弁護士による養育費・親権・遺産相続等の法律相談を実施しています(初回30分のみ無料)。

■お問合わせ(申込み)

三重県母子・父子福祉センター **TEL.059-228-6298**

②法テラス

国によって設立された法的トラブル解決のための「総合案内所」です。経済的に余裕のない方には、無料法律相談や弁護士・司法書士費用等の立て替えも行っています。

■お問合わせ

法テラス・サポートダイヤル **TEL.0570-078374**



③家庭裁判所（津家庭裁判所 四日市支部）

離婚、子どもの親権者・養育費の問題、家庭紛争等の審判・調停・人事訴訟を扱っています。

■お問い合わせ（手続案内）

津家庭裁判所 四日市支部 **TEL.059-352-7185**



④四日市市弁護士相談

暮らしの中での法律問題について、弁護士が相談に応じます。

相談は無料。予約制。相談時間はお一人20分以内。

実施日時 毎週木曜（祝・休日、年末年始を除く）13:00～16:00

予約方法 月曜～金曜の9:00～12:00 13:00～16:00に

四日市市役所1階 市民相談コーナーにて面談・電話

■お問い合わせ

四日市市市民相談コーナー **TEL.059-354-8153**



妊娠・出産・子どもの相談窓口

①四日市市こども家庭課（子育てや虐待に関する相談）

0～18歳未満の子どもと家族に関すること、児童虐待に関する相談、育児相談などに応じています。

■お問い合わせ

四日市市こども家庭課 **TEL.059-354-8276**



②育児相談室すくすくルーム

妊娠中から産後の健康、育児や発達・発育などの相談に保健師や看護師等が応じます。赤ちゃんの身体測定も行っています。

相談時間 月曜～金曜（祝日・年末年始は除く）8:30～17:15

■お問い合わせ

四日市市こども保健福祉課 母子保健係

TEL.059-354-8187



③四日市市こども保健福祉課 母子保健係

(妊産婦・乳幼児の育児や健康についての電話相談)

妊産婦・乳幼児の育児や健康に関する電話相談を行っています。

受付時間 8:30～17:15

■お問い合わせ

四日市市こども保健福祉課 母子保健係

TEL.059-354-8187



④子育てコンシェルジュ (利用者支援事業)

子育てコンシェルジュが支援情報やサービスをわかりやすく案内します。

■お問い合わせ(次の4か所に子育てコンシェルジュがいます。)

四日市市こども未来課(育児相談専用電話)

TEL.059-327-6325

橋北子育て支援センター **TEL.059-331-1875**

塩浜子育て支援センター **TEL.059-345-3553**

こども子育て交流プラザ **TEL.059-331-5560**

子育て
コンシェルジュ



⑤四日市市教育支援課

市内在住の小学生・中学生とその保護者を対象に相談を行っています。

内容：不登校・発達・障害のある子どもの教育に関することなど

■お問い合わせ

四日市市教育委員会 教育支援課 **TEL.059-354-8285**



⑥三重県北勢児童相談所

子どもに関する様々な問題について家庭や学校からの相談に応じ、調査や判定の上、助言や施設への措置、一時保護などを行います。

■お問い合わせ

三重県北勢児童相談所 **TEL.059-347-2030**

⑦民生委員・児童委員 主任児童委員

【民生委員・児童委員】

地域の身近な相談役として、住民の様々な相談に応じ、適切な支援やサービスへの「つなぎ役」です。

【主任児童委員】

子どもに関することを専門に担当する民生委員・児童委員です。

■お問い合わせ

各地区でご相談ください。四日市市福祉総務課 **TEL.059-354-8109**

⑧四日市市こども発達支援課(発達に関する相談)

子どもの発達について、家庭や園、学校等からの相談に応じ、保健・福祉・教育が連携しながら、早期から途切れのない支援を行っています。

■お問い合わせ

四日市市こども発達支援課 **TEL.059-354-8064**



⑨四日市市市民相談

暮らしの中の困りごとや様々な問題について、市民相談員が相談を受け付けます。相談は無料。予約の必要はありません。

相談場所 四日市市役所1階 市民相談コーナーまたは電話

相談時間 月曜～金曜 9:00～12:00 13:00～16:00

■お問い合わせ

四日市市市民相談コーナー **TEL.059-354-8153**

