

# I 相談について

## ○ 母子父子自立支援員（子育て支援課 母子父子支援係）

TEL 21-1765（月～金 8時30分～17時15分 祝日、年末年始を除く）

母子家庭や父子家庭、寡婦の皆さんが抱えているさまざまな悩みごとや、就労支援、母子父子寡婦福祉資金の貸付等の相談をお受けし、問題解決や自立へのお手伝いをします。また、各種支援が必要な母子家庭や父子家庭の方に対しては、母子父子自立支援員が継続した面談・訪問等により、市営住宅、民間アパート等を活用した生活や就労等の総合的な支援を行います。

## ○ 女性相談室（子育て支援課）

TEL 21-1779（月～金 9時～17時15分 祝日、年末年始を除く。予約優先）

女性の生活上の問題や家庭のトラブルなど、さまざまな悩みについての相談を受けています。

## ○ 宮崎市自立相談支援センター「これから」

TEL 42-9239（月～金 9時～17時 祝日、年末年始を除く。予約優先）

お仕事のこと、家賃のこと、家計のことなど、まずはお困りごとをお聞かせください。支援員がいっしょに考え、解決へのお手伝いをします。

## ○ 宮崎市男女共同参画センター「パレット」

TEL 25-2057

電話相談 9時～17時（受付は16時30分まで）  
（火曜日、祝日、年末年始を除く）

面接相談 9時～17時（予約制）

メール相談 随時

法律相談 毎月第3水曜日 14時～16時30分（予約制）

男女共同参画に関するさまざまな相談（配偶者などからの暴力含む）を受付けています。また、男性からの相談も受付けています。

女性の生活上の問題、子どもや家庭のトラブルなど、さまざまな悩みについての相談を受けています。

## ○ 「なやむなテレホン（なやむなメール）」（青少年育成センター）

なやむなテレホン 22-7867（なやむな）

なやむなメール 45seisyoun@city.miyazaki.miyazaki.jp

電話相談 8時30分～16時30分（月～金 祝日、年末年始を除く）  
※水曜日のみ20時まで

面接相談 電話でご予約ください。（22-7867）

メール相談 24時間受け付けています。

市内の青少年とその保護者及び関係者から、しつけ・交友・いじめ・問題行動・不登校・勉強・部活動・進路等についての相談を受けています。

## ○ 宮崎県男女共同参画センター

TEL 60-1822

電話相談 月～金 9時～17時 土 9時～16時30分

メール soudan@mdanjo.or.jp

面接相談 月～土 9時～16時（予約制）

法律相談 毎月第3火曜日 午後（予約制）

こころとからだ相談 毎月第2火曜日 午後（予約制）  
（祝日、年末年始を除く）

夫婦・家庭・職場・地域等の人間関係の悩みを中心として、男女共同参画に関する相談を受けています。

○ 宮崎県女性相談所（配偶者暴力相談支援センター）

TEL 22-3858 TEL 月～金 9時～20時30分  
土・日 9時～15時  
面接 月～金 9時～18時  
祝 日、年末年始を除く



配偶者等からの暴力、家庭内不和などの悩みに関する相談を受けています。

○ 女性の人権ホットライン（宮崎地方法務局人権擁護課）

TEL 0570-070-810（月～金 8時30分～17時15分 祝日、年末年始を除く）  
女性の人権問題・結婚・離婚・DVなど、さまざまな悩みについての相談を受けています。

○ 宮崎県警察本部 警察安全総合相談窓口

TEL 26-9110（局番なし #9110）

犯罪等による被害の未然防止、その他県民の皆様の安全と平穏に関する相談を受けています。

なお、令和5年3月1日より、音声ガイダンスを導入し、自動音声案内を実施しています。

相談の受付は、平日の午前8時30分から午後5時15分までで、それ以外の時間帯及び土曜・日曜・祝日の閉庁日の緊急性の高い相談については警察本部代表電話を案内しています。

また、相談内容を録音する旨を案内しています。

○ 宮崎県警察本部 性犯罪相談ダイヤル

TEL 31-8740（局番なし #8103）

性犯罪に関する相談を24時間受けています。



○ 特定非営利活動法人ハートスペースM

TEL 89-5213（日・月 10時～17時）

配偶者等からの暴力に関する相談を受けています。

○ ユーカリコール（一般社団法人ハートスペースみやざき）

LINE ID：374yqbwn（16時～20時）

TEL 080-4273-2790（20時～24時）

10代～30代の女性専門困りごと相談窓口。365日相談可能。  
もやもや感じていること、違和感があること、DVや性暴力など、困りごとに関する相談を受け付けています。



○ パーム相談室（ひとりひとりの気づきを大切にする パーム・アウエア）

LINE ID：568qvzai（リアルタイム相談時間 水・金 20時～23時）

悩んでいること、悩みとは言わないかもしれないけど気になること、困りごと、生活のこと、仕事のこと、DV・性暴力など、年代、性別関係なく相談を受け付けています。



## 法律相談

### ○ 特別相談

TEL 21-1765

借金や養育費等のひとり親家庭の方々が生活上抱えている諸問題解決のため、月1回、弁護士が無料で相談に応じます。

月日（曜日）	相談員	時間	月日（曜日）	相談員	時間
4月 5日(水)	弁護士	13:30~15:00	10月 4日(水)	弁護士	13:30~15:00
5月10日(水)	//	//	11月 1日(水)	//	//
6月 7日(水)	//	//	12月 6日(水)	//	//
7月 5日(水)	//	//	1月10日(水)	//	//
8月 2日(水)	//	//	2月 7日(水)	//	//
9月 6日(水)	//	//	3月 6日(水)	//	//

- ◇会場 宮崎市役所会議室棟会議室
- ◇相談時間 1人30分
- ◇申込方法 電話予約（定員3名）が必要です。  
お申し込みご希望の方は、必ず前日までにご予約ください。

### ○ 法テラス宮崎

TEL 0570-078367（平日 9時~17時）

（IP電話やプリペイド携帯からは050-3383-5530へおかけください。）

法的トラブルを抱えていらっしゃる方、どこに相談してよいかわからない方、法的トラブルかどうか分からない方も、まずはお電話ください。

解決の糸口となる法制度や、相談窓口のご紹介を無料で行っています。

また、経済的に余裕のない方に対しては、無料法律相談も行っております。（完全予約制）

※離婚・多重債務・犯罪被害など

## 地域

### ○ 母子福祉相談員

宮崎市を26の地区に分けて、各地区に「くすの木会」があります。（P37参照）

各地区には、くすの木会の会長を兼ねた母子福祉相談員が配置されており、地域における母子家庭・父子家庭・寡婦の方々のさまざまな相談を受けています。各地区の相談員の連絡先については子育て支援課（TEL 21-1765）へお問い合わせください。

## 子どもの養育や児童虐待の相談

### ○ 子ども家庭支援課

TEL 21-1766 (月～金 8時30分～17時15分 祝日、年末年始を除く)

家庭内における18歳未満の子どもの養育のこと(子どもの性格や行動、しつけ、非行等)や虐待について相談に応じ、助言や支援を行っています。相談などで知り得た個人情報厳守しますので、お気軽にご相談ください。

### ○ 民生委員・児童委員、主任児童委員

地域福祉の向上を図るため、生活に困っている人や高齢者・障がい者・児童に対する相談・生活指導などを行います。また、内容に応じて、関係機関と連携し活動しています。

## 宮崎市子育てナビ

「宮崎市子育てナビ」は、妊娠中からの育児を応援する行政サービスです。宮崎市の育児に関する情報を分かりやすく掲載しています。各種の届出や健診・手当・親子で楽しめる施設などの行政サービスを簡単に検索できます。

<http://miyazaki-city.mamafre.jp>

