



年末年始における生活にお困りの方に対する相談問合せ先のご案内

12月29日(金)から1月3日(水)までの年末年始期間中に、県内の生活にお困りの方からの電話での相談を以下の窓口でお受けします。

生活、食料や住まい等でお困りの方は、年末年始休業に入る前でも、なるべく早めに以下の地域の窓口にご相談ください。

また、孤独・孤立の悩みの相談は、内閣官房が設置する「孤独・孤立相談ダイヤル#9999」で受け付けています。

	お住まいの地域	相談問合せ先	受付時間	電話番号
東信	佐久市	まいさぼ佐久市	8:30 ~ 17:15	0267-88-6511
		佐久市役所(福祉課)	8:30 ~ 17:15	0267-62-2111(代)
	小諸市	小諸市役所(厚生課)	8:30 ~ 17:00	0267-22-1700(代)
	上田市	上田市役所(福祉課)	8:30 ~ 17:15	0268-22-4100(代)
	東御市	まいさぼ東御	8:30 ~ 17:15	0268-75-0222
		東御市役所(福祉課)	8:30 ~ 17:15	0268-62-1111(代)
	南佐久郡、北佐久郡、小県郡	まいさぼ信州佐久	9:30 ~ 17:00	0267-78-5255
南信	岡谷市	岡谷市役所(社会福祉課)	8:30 ~ 17:15	090-1502-0294
	諏訪市	諏訪市役所(社会福祉課)	8:30 ~ 17:15	0266-52-4141(代)
	茅野市	茅野市役所(地域福祉課)	8:30 ~ 17:15	0266-72-2101(代)
	諏訪郡	まいさぼ信州諏訪	9:30 ~ 17:00	0266-75-1202
	伊那市	伊那市役所(福祉相談課)	8:30 ~ 17:15	0265-78-4111(代)
	駒ヶ根市	駒ヶ根市役所(福祉課)	8:30 ~ 17:15	0265-83-2111(代)
	上伊那郡	まいさぼ上伊那	9:30 ~ 17:00	0265-96-7845
	飯田市	飯田市役所(福祉課)	8:30 ~ 17:15	0265-22-4511(代)
	下伊那郡	まいさぼ下伊那	9:30 ~ 17:00	0265-49-4380
中信	松本市	松本市役所(生活福祉課)	8:30 ~ 17:15	0263-34-3000(代)
	安曇野市	安曇野市役所(福祉課)	8:30 ~ 17:15	0263-71-2000(代)
	塩尻市	塩尻市役所(福祉課)	8:30 ~ 17:15	0263-52-0280(代)
	東筑摩郡	まいさぼ東筑	9:30 ~ 17:00	0263-88-0180
	大町市、北安曇郡	まいさぼ大町	9:30 ~ 17:00	0261-22-7083
	木曾郡	まいさぼ木曾	9:30 ~ 17:00	0264-24-0057
北信	長野市	長野市役所(生活支援課)	8:30 ~ 17:15	026-226-4911(代)
	須坂市	須坂市役所(福祉課)	8:30 ~ 17:15	026-245-1400(代)
	千曲市	千曲市役所(福祉課)	8:30 ~ 17:15	026-273-1111(代)
	埴科郡、上高井郡、上水内郡	まいさぼ信州長野	9:30 ~ 17:00	026-267-7088
	中野市	中野市役所(福祉課)	8:30 ~ 17:15	0269-22-2111(代)
	飯山市	飯山市役所(福祉事務所)	8:30 ~ 17:15	0269-62-3111(代)
	下高井郡、下水内郡	まいさぼ飯山	9:30 ~ 17:00	0269-67-0269
全 県	県庁地域福祉課	8:30 ~ 17:15	TEL 026-235-7094 FAX 026-235-7172	

※県庁ではFAXでの相談も受け付けます

孤独・孤立相談ダイヤル(内閣官房設置)

孤独・孤立の悩みは、電話で「#9999」(かからない時は0120-494949)にかけて相談してみてください。詳細は以下のホームページをご覧ください。

<https://www.notalone-cas.go.jp/toitsu/>

確かな暮らしを守り、 信州からゆたかな社会を創る

しあわせ信州創造プラン 3.0
~大変革への挑戦 「ゆたかな社会」を実現するために~

[長野県総合5か年計画推進中]

【年末年始の相談について】

健康福祉部 地域福祉課 自立支援・援護係 百瀬
電話：026-235-7094（直通）
026-232-0111（代表）内線 2319

【#9999について】

健康福祉部 地域福祉課 地域支援係 牧野内
電話：026-235-7114（直通）
026-232-0111（代表）内線 2329
（共通）

FAX：026-235-7172

E-mail chiiki-fukushi@pref.nagano.lg.jp

こどく こりつ
孤独・孤立 相談ダイヤル（通話料無料）

～悩みをひとりで抱えている方へ～

12月15日（金）
午前9時
～
1月4日（木）
午前9時



誰にも頼れず、ひとりで
悩み事をかかえていませんか
つらいときは電話で
「#9999」にかけて
相談してみてください

9 9 9 9

（かからない時は
0120-494949へ
おかけください）





さい
18歳以下のみなさんへ



ないかくかんぼう
内閣官房
こどく こりつ
孤独・孤立
相談ダイヤル

相談できる日時は、
内閣官房ホームページより
ご覧ください。



一人でなやみごとを
かかえていませんか。
どんななやみでも受けつけます。
#9999にかけて
話してみてください。

#9999

かからない場合は
(0120-494949へ)
おかけください。

