

さいたま市 ケアラー・ヤングケアラーの方が利用できる相談窓口一覧

◆悩みごとの内容に応じて

悩みごとの内容	相談窓口	場所	電話・FAX番号	受付時間
高齢者のケアにすること	介護保険の申請に関する相談 高齢者の介護や保健・医療・福祉などに関する相談全般(認知症、虐待など含む)	お住まいの区役所 高齢介護課 介護保険係 地域包括支援センター	—記載略— 【別紙参照】	—記載略— 【別紙参照】
障害児者のケアにすること	身体・知的障害に係る障害福祉サービス、障害者手帳の申請 障害者に関する相談全般(福祉サービスの利用に関する相談等) 発達障害に関する相談	お住まいの区役所 支援課 障害福祉係 障害者生活支援センター 発達障害者支援センター	—記載略— 【別紙参照】	—記載略— 【別紙参照】
	高次脳機能障害に関する相談	高次脳機能障害者支援センター	障害者総合支援センター内1階(中央区鈴谷7-5-7) TEL 048-859-7422 FAX 048-852-3272	平日 9:00～17:00
	未就学の医療的ケア児に関する相談	医療的ケア児保育支援センター	大宮区役所内4階(大宮区吉敷町1-124-1) TEL 048-646-3125 FAX 048-646-3163	平日 9:00～16:00
こころの健康(メンタルヘルス)にすること	精神保健に関する相談全般	こころの健康センター	医療的ケア児保育支援センター(中央区本町東7-4-19) TEL 048-854-0055 FAX 048-854-0022	平日 9:00～16:00
		精神保健課(相談・支援第1係、第2係)	子ども家庭総合センター(浦和区上木崎4-4-10 あいばれっと内4階) TEL 048-762-8548 FAX 048-711-8907	平日 9:00～17:00
		お住まいの区役所 保健センター	—記載略—	—記載略—
	ひきこりに関する相談	ひきこもり相談センター(こころの健康センター内)	子ども家庭総合センター(浦和区上木崎4-4-10 あいばれっと内4階) TEL 048-762-8534 FAX 048-711-8907	火・金 9:00～17:00
		精神保健課(相談・支援第1係、第2係)	保健所内(中央区鈴谷7-5-12) TEL 048-840-2223(第1係) 048-840-2234(第2係) FAX 048-840-2230	平日 8:30～17:15
	アルコールや薬物、ギャンブルなどへの依存に関する相談	こころの健康センター(さいたま市依存症相談拠点機関)	子ども家庭総合センター(浦和区上木崎4-4-10 あいばれっと内4階) TEL 048-762-8548 FAX 048-711-8907	平日 9:00～17:00
		精神保健課(相談・支援第1係、第2係)	保健所内(中央区鈴谷7-5-12) TEL 048-840-2223(第1係) 048-840-2234(第2係) FAX 048-840-2230	平日 8:30～17:15
	子どものこころの健康に関する相談(対象)小学校4年生から中学生の本人、家族、関係者	子どもの精神保健相談室(こころの健康センター内)	子ども家庭総合センター(浦和区上木崎4-4-10 あいばれっと内4階) TEL 048-762-8538 FAX 048-711-8907	火・金 9:00～17:00
	若年性認知症に関する相談	若年性認知症サポートセンター	TEL 048-814-1212 FAX 048-814-1211	平日 9:00～16:00
病気、医療にすること	難病患者に関する相談全般	健康支援課難病対策係	保健所内(中央区鈴谷7-5-12) TEL 048-840-2219 FAX 048-840-2229	平日 8:30～17:15
	難病患者に関する相談(特定医療費(指定難病)受給者証を持っている方の相談に限る)	お住まいの区役所 支援課 障害福祉係	—記載略—	—記載略—
	小児慢性特定疾病児童等に関する相談全般	健康支援課難病対策係	保健所内(中央区鈴谷7-5-12) TEL 048-840-2219 FAX 048-840-2229	平日 8:30～17:15
子ども・子育てにすること	・児童手当及び児童扶養手当に関する相談 ・保育施設の利用調整及び入所に関する相談	お住まいの区役所 支援課 児童福祉係	—記載略—	—記載略—
	妊娠中から乳幼児の子どもの健康・育児・健康診査等に関する相談	お住まいの区役所 保健センター	—記載略—	—記載略—
収入・仕事にすること	経済的な問題に関する相談(生活保護を除く)	お住まいの区役所 福祉まると相談窓口(福祉課内)	—記載略—	—記載略—
	生活保護の受給に関する相談	お住まいの区役所 福祉課 保護係	—記載略—	—記載略—

◆相談先が分からない場合、複数の窓口にもたがる相談をまとめてほしい場合等

悩みごとの内容	相談窓口	場所	電話・FAX番号	受付時間
相談先が分からない、複数の窓口にもたがる相談をまとめてほしい 等	お住まいの区役所 福祉まると相談窓口(福祉課内)	—記載略—	—記載略—	平日 9:00～17:00

◆ヤングケアラー本人からの相談、ヤングケアラーを把握した場合等

悩みごとの内容	相談窓口	場所	電話・FAX番号	受付時間
子どもやその家庭に関する相談 ・誰かに話を聞いて欲しい、どこに聞いたらいいかわからない ・ヤングケアラーと思われる子どもがいる、虐待かもしれない 等	お住まいの区役所 子ども家庭センター(支援課内)	—記載略—	—記載略—	平日 8:30～17:15

◆電話相談、SNS相談

区分	名称	主な対象者等	電話番号・FAX番号	受付時間等
電話	さいたま市ケアラー電話相談	・市内在住のケアラー ・市内在住の方をケアしているケアラー	TEL 0120-252-061(フリーダイヤル) FAX 0120-322-125(フリーダイヤル)	毎日 24時間 ※土曜日、日曜日、祝日、年末年始も相談受付
	なんでも子ども相談窓口	おおむね15歳までのお子さんとその保護者および関係者(子どもや家庭に関するあらゆる相談)	TEL 048-762-7757 FAX 048-711-8904	月・火・木・金 9:00～19:00(最終受付:18:30) 土・日・祝日 9:00～17:00(最終受付:16:30) (12月29日～1月3日は休み。水曜日が祝日の場合は、次の平日が休み。) ※来庁相談も可能です。(子ども家庭総合センター(あいばれっと)1階市民コンタクトスクエア内) ※メール相談も可能です。(E-mail: nandemo-kodomo@city.saitama.lg.jp)
	なんでも若者相談窓口	主に中高生から30代までの方及びご家族・関係機関の方(進路や就職、人間関係等の悩みに関する相談)	TEL 048-829-7064	月・火・木・金 9:00～20:00 土・日・祝日 9:00～20:00 (12月29日～1月3日は休み。水曜日が祝日の場合は、次の平日が休み。) ※来庁相談も可能です。(子ども家庭総合センター(あいばれっと)1階市民コンタクトスクエア内)
	児童相談所	18歳未満の子どもに関する悩みを抱えている方	北部児童相談所(担当区:西区、北区、大宮区、見沼区、岩槻区) TEL 048-711-3917 FAX 048-711-8904 南部児童相談所(担当区:中央区、桜区、浦和区、南区、緑区) TEL 048-711-2489 FAX 048-711-8904	月～金の8:30～18:00(祝日、12月29日～1月3日を除く)
	さいたま市24時間子どもSOS窓口	さいたま市に在住する小・中・高専・中等教育・特別支援学校の児童生徒とその保護者	TEL 0120-0-78310(全国共通フリーダイヤル)	24時間365日受付
	女性の悩み電話相談	市内在住在勤の女性(女性の生き方、夫婦、親子の問題、職場や近隣の人間関係の悩みなど)	TEL 048-711-6650	月～金 10:00～20:00 土・日・祝休日 10:00～16:00 (12月29日～1月3日を除く)
	男性の悩み電話相談	市内在住在勤の男性(男性の生き方、夫婦、親子の問題、職場や近隣の人間関係の悩みなど)	TEL 048-711-6101	第2・4日曜日 13:00～16:00
SNS相談	さいたま市SNSを活用した相談窓口(LINE相談)	さいたま市立中・高専・中等教育学校の生徒	(SNSを活用した相談窓口に関するお問合せ先) TEL 048-711-5495 FAX 048-711-5672	学校から配付される二次元コードをもとに、LINE相談専用アカウントの登録が必要
	親と子どもの悩みごと相談@埼玉(LINE相談)	子育ての不安や親子関係などの悩み、家族からの虐待に関する悩みを抱えている方	TEL 048-711-2489 FAX 048-711-8904	LINEで、どこからでも無料で相談可能 月～金 9:00～21:00 土・日・祝休日 9:00～17:00 (12月29日～1月3日を除く)

◆地域包括支援センター一覧

日常生活圏域	センター名	所在地	電話	FAX番号	受付時間
西区北部	西区北部圏域 シニアサポートセンター 三恵苑	西区中釘2162-4 星本ビル1階	048-620-1312	048-782-5751	9:00～18:00
西区南部	西区南部圏域 シニアサポートセンター くるみ	西区西遊馬771-2	048-622-8103	048-622-8104	9:00～17:00
北区北部	北区北部圏域 シニアサポートセンター 緑水苑	北区吉野町1-27-13	048-662-7350	048-662-7360	8:30～18:00
北区東部	北区東部圏域 シニアサポートセンター 諏訪の苑	北区本郷町348-2	048-662-7600	048-662-7608	9:00～18:00
北区西部	北区西部圏域 シニアサポートセンター ゆめの園	北区日進町2-813	048-653-0544	048-653-2727	8:30～17:30
大宮区東部	大宮区東部圏域 シニアサポートセンター 白菊苑	大宮区寿能町2-21-3	048-658-5588	048-648-5582	8:30～17:30
大宮区西部	大宮区西部圏域 シニアサポートセンター 春陽苑	大宮区大成町2-397-3	048-661-8611	048-654-9212	8:45～17:30
見沼区北部	見沼区北部圏域 シニアサポートセンター さいたまやすらぎの里	見沼区御町2-21-1	048-680-3289	048-680-3230	9:00～18:00
見沼区東部	見沼区東部圏域 シニアサポートセンター 敬寿園七里ホーム	見沼区大谷2022-1	048-681-6614	048-681-6200	8:30～17:30
見沼区西部	見沼区西部圏域 シニアサポートセンター 大和田	見沼区大和田町2-1387-1	048-685-8791	048-685-5514	8:30～17:00
見沼区南部	見沼区南部圏域 シニアサポートセンター 敬寿園	見沼区南中野287 ソレイユ南中野101	048-681-5151	048-681-5152	9:00～17:00
中央区北部	中央区北部圏域 シニアサポートセンター ナーシングヴィラ与野	中央区本町東6-10-1	048-859-5375	048-857-8532	9:00～17:00
中央区南部	中央区南部圏域 シニアサポートセンター きりしき	中央区新中里2-8-6	048-858-2121	048-858-6969	8:30～17:30
桜区北部※1	変更前・桜区北部圏域 シニアサポートセンター 彩寿苑	桜区宿400	048-857-6517	048-857-6500	8:30～17:30
	変更後・桜区北部圏域 シニアサポートセンター 西都総合	桜区上大久保830-1 1階	048-816-4503	048-816-4504	9:00～17:00
桜区南部	桜区南部圏域 シニアサポートセンター ザイタック	桜区田島5-25-8 U2ビル2階	048-836-3503	048-836-3507	9:00～17:30
浦和区北部	浦和区北部圏域 シニアサポートセンター かさい医院	浦和区針ヶ谷3-13-18	048-823-3031	048-823-3032	9:00～17:00
浦和区東部	浦和区東部圏域 シニアサポートセンター スマイルハウス浦和	浦和区篠家4-13-3	048-813-7710	048-813-7731	9:00～17:00
浦和区中部	浦和区中部圏域 シニアサポートセンター ナーシングイー埼玉	浦和区北浦和5-2-7	048-834-7882	048-834-3794	8:30～17:15
浦和区南部	浦和区南部圏域 シニアサポートセンター 尚和園	浦和区東岸町8-8	048-813-8915	048-883-8696	8:30～17:15
南区東部	南区東部圏域 シニアサポートセンター 社協みなみ	南区南浦和2-38-8 ケーアイビル2階	048-871-1230	048-883-2760	8:30～17:00
南区中部	南区中部圏域 シニアサポートセンター ハートランド浦和	南区別所3-16-11-101	048-836-2929	048-836-2333	8:30～17:00
南区西部	南区西部圏域 シニアサポートセンター けやきホームズ	南区四谷2-10-17 寺本ビル1階、2階	048-710-7555	048-710-6555	9:00～17:00
緑区北部	緑区北部圏域 シニアサポートセンター リパティハウス	緑区松本3-29-5	048-875-3111	048-875-3112	9:00～18:00
緑区南部	緑区南部圏域 シニアサポートセンター 浦和しずか苑	緑区中尾925	048-876-7770	048-876-1821	8:30～17:30
岩槻区北部	岩槻区北部圏域 シニアサポートセンター 松鶴園	岩槻区古ヶ塚11	048-795-2653	048-793-3155	8:30～18:00
岩槻区中部	岩槻区中部圏域 シニアサポートセンター 社協岩槻	岩槻区本町3-2-5 ワッツ東館3階	048-758-4395	048-758-8099	8:30～17:00
岩槻区南部	岩槻区南部圏域 シニアサポートセンター 白鶴ホーム	岩槻区東岩槻2-5-26 アライビル1階	048-790-3939	048-790-3940	8:30～18:00

※いずれのセンターも年末年始は休業

※1 令和7年6月1日にセンターが変更となります。

◆障害者生活支援センター一覧

区分	センター名	所在地	電話	FAX番号	受付時間
すべての障害に対応	西区障害者生活支援センター（ゆめの園）	西区高木123-4 カーサ辰巳1階	048-623-1768	048-622-8807	平日 9:00～17:00
	中央区障害者生活支援センター（ま夢）	中央区鈴谷7-5-7	048-859-7231	048-852-3276	月～日（月1回土を除く） 9:00～18:00
	桜区障害者生活支援センター（さくらとびあ）	桜区田島4-10-8 1階	048-783-7800	048-783-7799	平日 第1・3土 9:00～18:00
	南区障害者生活支援センター（あみ～こ）	南区白樺5-11-16	048-866-5098	048-866-5128	平日 9:00～17:00 月1回土 9:00～13:00
	南区障害者生活支援センター（社協いまわり）	南区沼影1-10-1 ラムザタワー1階	048-710-8105	048-864-0570	平日 8:30～17:00
	緑区障害者生活支援センター（ぶどうの木）	緑区大牧1484-4 コンフォートヒルズ101	048-829-9381	048-829-9382	平日 9:00～18:00
	岩槻区障害者生活支援センター（ささぼし）	岩槻区仲町2-5-3 一条ビル1階	048-793-4701	048-793-4702	月～土（第4土を除く） 9:00～18:00
主に知的障害と身体障害に対応	北区障害者生活支援センター（みぬま）	北区宮原町2-62-17	048-796-5705	048-796-5706	平日 9:00～18:00 土 9:00～13:00
	大宮区障害者生活支援センター（みぬま）	大宮区東町1-141-6 第2吉田ビル1階	048-650-6460	048-795-4721	平日 9:00～18:00 土 9:00～13:00
	見沼区障害者生活支援センター（来入）	見沼区南中野467-1 スガヤハイツ105	048-682-0677	048-682-0670	火～土 9:00～18:00
	浦和区障害者生活支援センター（むつみ）	浦和区北浦和5-6-7 レジデンス北浦和104	048-824-3640	048-793-6376	月～土 9:00～18:00
主に精神障害に対応	北区障害者生活支援センター（ベルベッキオ）	北区宮原町2-62-17	048-661-7092	048-661-7093	平日 第2・4土 9:00～17:30
	大宮区障害者生活支援センター（やどかり）	大宮区東町1-141-6 第2吉田ビル1階	048-795-4720	048-795-4721	平日 9:00～18:00
	見沼区障害者生活支援センター（やどかり）	見沼区南中野467-1 スガヤハイツ105	048-682-1101	048-687-0517	火～土 9:00～18:00
	浦和区障害者生活支援センター（やどかり）	浦和区北浦和5-6-7 レジデンス北浦和104	048-793-6373	048-793-6376	火～土 9:00～18:00

※いずれの支援センターも祝祭日・年末年始は休業