

2024年 6月の相談日

5月の相談日は『広報まつもと』4月号に掲載しています。

相談は無料です。
★は市ホームページからも申し込みができます。



●専門相談（面談） ※弁護士相談は松本市民が対象で、初回優先です。

分野	相談名	日時	会場	申し込み
法律・相続・離婚・契約他	弁護士相談(20分)★	12日(火) 午後1時～5時	市民相談課	5月30日(木)から ☎32-0001 (先着12人)
		19日(火) 午後1時～3時		5月30日(木)から ☎32-0001 (先着6人)
		26日(火) 午後1時～5時		5月30日(木)から ☎32-0001 (先着12人)
	女性のための弁護士相談	11日(火)・25日(火) 午後1時30分～3時30分	パレオ松本	6月3日(月)午前9時から ☎39-1105 (各日先着4人)
司法書士法律相談(30分)★	18日(火) 午前10時～午後3時	市民相談課	5月22日(水)から ☎32-0001 (先着12人)	
	(オンライン)17日(月) 午後1時～3時	あんさんぶる	5月22日(水)から ☎32-0001 (先着4人)	
税金	税理士税務相談(30分)★	12日(火)午前10時～正午	市民相談課	5月16日(木)から ☎32-0001 (先着4人)
相続手続き等書類作成	行政書士相談(30分)	11日(火)午後1時～3時		6月7日(金)までに長野県行政書士会中信支部 ☎87-3798
特許・発明・知的財産権	知的財産権相談(1時間程度)	27日(木)午後1時～4時		6月25日(火)までに長野県発明協会 ☎026-228-5559
障害年金	社会保険労務士障害年金相談(30分)	21日(金)午後1時～3時		6月18日(火)までに長野県社会保険労務士会中信支部 ☎0261-23-1588
住宅設計	住宅の設計に関する相談(30分)	19日(火)午後1時～3時		6月14日(金)までに長野県建築士事務所協会 ☎35-3302
土地・建物の登記	土地家屋調査士相談(60分)	14日(金)午後1時～3時		6月12日(水)までに長野県土地家屋調査士会松本支部 ☎36-1590 ※受付時間 午前9時～正午
空き家	空き家の売却・賃貸に関する相談(60分)	25日(火)午後1時～4時		6月18日(火)までに移住推進課 ☎34-3193 (先着3人)
不動産評価	不動産評価等相談(30分)	21日(金)午前10時～正午		6月19日(水)までに長野県不動産鑑定士協会 ☎026-225-5228
遺言・公正証書	公証相談	13日(火)午後1時～3時		予約不要
市・県・国に関する相談	行政相談	28日(金)午前10時～正午		6月27日(木)までに ☎32-0001

※行政相談は、四賀・安曇・奈川・梓川・波田の各支所でも行っています。日程は、各支所へお問い合わせください。

●外国人向け相談


相談名	日時	会場	問い合わせ先
ポルトガル語相談 Consulta em português	月～金 Segunda à Sexta-fera 9:00～15:30 Das 9:00 às 15:30h	市民相談課 Departamento de Consulta aos Cidadãos	☎33-0001
外国人なんでも相談	英語 Consultation in English	10:00-17:00 (月) 10:00-18:30 (火) — (水) 10:00-17:00 (木) 10:00-17:00 (金) 9:00-17:00 (土)	Mウイング3階 多文化共生プラザ ☎39-1106
	ポルトガル語 Consulta Português	— (月) — (火) — (水) 16:00-21:00 (木) — (金) 9:00-17:00 (土)	
	中国語 中文咨询	— (月) — (火) 10:00-13:00 (水) 17:00-21:00 (木) — (金) 9:00-17:00 (土)	
	タイ語 ให้คำปรึกษาไทย	13:00-15:00 (月) สอบถามได้ วันจันทร์และวันเสาร์ (月)か(土)どちらかです。聞いてください。 13:00-15:00 (土)	
	やさしい日本語 にほんごでの 상담	10:00-18:30 (月) 10:00-18:30 (火) 10:00-18:30 (水) 10:00-21:00 (木) 10:00-18:30 (金) 9:00-17:00 (土)	
行政書士相談	毎月第2木曜日 13:00-16:00	Mウイング3階	ながのけんぎょうせいしよしかい 長野県行政書士会 中信支部 ☎87-3798

— 広告欄 —

広告

心理カウンセリングで問題解決！

SAT 療法は「感じ方」を変える心理療法です
(厚生労働省HP心の耳で紹介)



Brain

メンタルカウンセリング・ブレイン

不登校

うつ等の
メンタル問題

生きがいの
無さ


病院や他の心理療法で解決しなかった問題も対応します

☎ 070-2643-2516

🏠 安曇野市穂高柏原 4370-4

🌐 <https://brain-tanaka.com>

✉ koto@brain-tanaka.com



本紙に掲載されている広告主および広告内容については松本市が推奨等をするものではありません。

● 6月の相談 ※祝日を除く。日時の記載がない場合は、月～金の午前8時30分～午後5時15分です。

分野	相談名	日時・会場・問い合わせ
生き方・心	女性相談	電話・面談 こども福祉課☎33-4767
	男性相談	電話・面談 こども福祉課☎33-4767 電話 第2・3・4火：午後5時～8時 パレア松本☎37-1587
	心と生き方の相談	面談 パレア松本(Mウイング)☎39-1105 ※要予約 電話・QRから  電話 火、木、第1・3金：午前9時～12時 第2・4金：午後1時～4時 パレア松本☎37-1588
	にじいろのまち相談 (性的マイノリティ専門相談)	電話・面談 にじいろのまち相談☎39-1108(相談員：後藤裕子氏) 25日(火)午後3時～6時 Mウイング3階ワーキングルーム ※面談は要予約・QRから 
	自殺予防専用相談	電話・面談 いのちのきずな松本(市役所東庁舎)☎34-3600 ※面談は要予約 月～金：午前9時～午後5時15分
	精神保健相談	面談 保健予防課(松本市保健所)☎40-0701 ※要予約
	子ども	ひとり親相談・児童相談
子どもの権利相談		電話・面談 こころの鈴(市大手事務所)☎0120-200-195 月～土：午後1時～6時(金8時まで)
発達相談		電話・面談 インクルーシブセンター(なんぶくプラザ)☎24-1235
子育て相談		電話・面談 こども福祉課 家庭児童相談室☎33-4767 子ども子育て安心ルーム(各こどもプラザ内) [筑摩☎29-3400、南郷☎32-6315、芳川☎86-1055、小宮☎47-8310、波田☎91-3113]
青少年相談		電話・面談 月～金：午前10時～午後5時 こども育成課☎34-3183
まちかど保健室		電話・面談 あがたの森文化会館☎34-3291 水：午前10時～午後5時 金：午前10時～午後4時
子どもの支援・相談スペース		電話・面談 はぐるッポ(浅間温泉1-5-1)☎31-3373 水・金：午後1時～5時
健康	健康相談	電話・面談 健康づくり課☎34-3217 電話・面談 各保健センター[中央(第2・4水は休)☎39-1119、南部☎27-3455、西部☎92-8001、北部☎38-7677] 月～金：午前9時～正午・午後1時～5時(面談は午前9時～正午※要予約)
	医療相談	電話・面談 医療安全支援センター(松本市保健所)☎40-0800
	風しん抗体検査	検査 保健予防課(松本市保健所)☎40-0702 ※要予約
	エイズ・性感染症相談及び検査	面談・検査 匿名検査：HIV、梅毒、性器クラミジア 松本市エイズ相談電話☎40-0703 ※要予約
職業・労働	職業・労働相談	電話・面談 労政課☎35-6286 水：午前9時～午後5時 ※予約優先
	生活・労働相談(弁護士相談)	面談 ユニオンサポートセンター(勤労会館)☎39-0021 15日(出)午前10時～正午 ※要予約
	若者お悩み相談室	面談 月・水・木・金：午前9時～午後5時 青少年ホーム☎26-1083 ※要予約
	若者職業なんでも相談	面談 労政課☎35-6286 1日(出)午前10時～午後2時、28日(金)午後1時～5時 ※要予約
	勤労者心の健康相談	面談 労政課☎35-6286、10日(月)・24日(月)午後1時～4時、13日(木)午前9時30分～11時30分、13日(木)・20日(木)午後1時～5時 ※要予約
	就職氷河期世代就労相談	電話・面談・オンライン 労政課☎35-6286 7日(金)・11日(火)・21日(金)・25日(火)午後1時～5時 ※要予約
後成 見年	成年後見制度に関する相談	電話・面談 障がい福祉課☎34-3212、高齢福祉課☎34-3061、34-3237
	成年後見制度相談会	25日(火) 午後1時30分～4時40分 高齢福祉課相談室 ※要予約 前日までに高齢福祉課☎34-3237
	弁護士司法書士による専門相談	面談 成年後見支援センター(かけはし(梓川支所)☎88-6699 火：午後1時～4時 ※要予約
介護	介護相談	電話 介護110番☎39-1165 電話 各地域包括支援センター[北部☎87-0231、東部☎36-3703、中央☎31-0022、中央北☎34-8511、中央南☎55-3320、中央西☎38-3310、南東部☎85-7351、南部☎27-5138、南西部☎50-7858、河西部☎48-6361、河西部西☎47-0294、西部☎87-1572]
障がい	障がい福祉相談	電話・面談 ぴあねっと・まつもと(総合社会福祉センター)☎27-7211
	視覚障がいに関する相談・懇談会	面談・懇談 松本視覚障害者福祉協会 前野☎080-1043-7315、障がい福祉課☎34-3212 16日(日) 午前10時～午後3時 Mウイング3-1会議室 ※前日までに要予約
人権	人権相談	電話 長野地方務局松本支局☎32-2571
	人権なんでも相談	面談 長野地方務局松本支局☎32-2571(相談員：人権擁護委員) 3日(月) なんなんひろば 3会議室、4日(火) Mウイングネットワーク室、5日(水) 駅前会館1・2中会議室 午後1時～4時
	部落差別に関する相談	面談 人権共生課(Mウイング)☎39-1105 4日(火)・18日(火)午前10時～午後3時
生活	一般相談(生活全般)	電話・面談 市民相談課☎32-0001
	生活困窮・就労相談	電話・面談 まいさぼ松本☎34-3041、まいさぼとまり木松本☎50-6747 午前9時～午後5時
	消費生活相談	電話・面談 松本市消費生活センター☎36-8832 月～金：午前8時30分～午後5時
その他	市民活動・プラチナ世代の相談	電話・面談 市民活動サポートセンター☎88-2988
	結婚相談	面談 移住推進課☎34-3062 月・火・木・第2土・第4日：午前9時～午後5時 ※予約優先
	交通事故相談	電話・面談 交通事故相談所(松本合同庁舎)☎40-1949