

# 保存版

あきたびじょん特別編集



# ふきのとうホットライン

～ 秋田県内の相談窓口一覧 ～

県内には、心や体の健康、多重債務、就労、子育て、介護、福祉などに関する悩みや困りごとに関する専門の相談機関があります。お気軽に、ご相談ください。

令和4年10月1日現在

※記載がないものであっても受付時間は、年末年始を除く場合があります。

## 1. 心の悩みと自殺問題の相談

| 相談内容                  | 相談窓口                            | 電話番号          | 受付時間                                              |
|-----------------------|---------------------------------|---------------|---------------------------------------------------|
| 心の悩みと自殺問題             | 秋田いのちの電話                        | 018-865-4343  | 12:00～20:30 毎日<br>(年末年始を除く)                       |
| 死にたい気持ちのある方、自死遺族の方の相談 | あきたいのちのケアセンター                   | 0120-735-256  | 9:00～16:00 月～金<br>10:00～16:00 土・日・祝日<br>(年末年始を除く) |
| 死別の苦しみ悲しみを語る集い        | 秋田グリーフケア研究会                     | 080-5000-8706 | 10:00～16:00 月～金                                   |
| 自死遺族わかちあい自助グループ       | 結いの会                            | 090-5358-7456 | 10:00～20:00 毎日                                    |
| さまざまな心の悩みをLINE相談で     | くもの糸LINE<br>(秋田県内に在住・在勤・在学の方のみ) | 蜘蛛の糸 秋田 で検索   | 16:00～21:00(受付は20:30まで)<br>火～土                    |

## 2. 倒産危機などの企業主の相談

|                      |                   |                              |                                       |
|----------------------|-------------------|------------------------------|---------------------------------------|
| 倒産危機など企業主の相談、自殺対策・相談 | 蜘蛛の糸              | 018-853-9759                 | 10:00～17:00 月～金(祝日を除く)                |
| 倒産を含む中小企業・個人事業に関する相談 | 秋田弁護士会ひまわりほっとダイヤル | 0570-001-240<br>予約受付(面接相談のみ) | 10:00～12:00、13:00～16:00<br>月～金(祝日を除く) |

## 3. 法律に関する相談

|                                   |                  |                              |                                |
|-----------------------------------|------------------|------------------------------|--------------------------------|
| 各種法律問題全般                          | 秋田弁護士会法律相談センター   | 018-896-5599<br>予約受付(面接相談のみ) | 9:30～16:30 月～金<br>(祝日を除く) 原則有料 |
| 各種登記、フレサラ、少額裁判、<br>成年後見制度など       | 秋田県司法書士会総合相談センター | 018-824-0055<br>要予約          | 9:00～17:00 月～金<br>(祝日を除く)      |
| 法律に基づく制度、手続きの紹介や<br>相談窓口の案内(情報提供) | 法テラス             | ナビダイヤル<br>0570-078374        | 9:00～21:00 月～金<br>9:00～17:00 土 |

## 4. 金融・経営に関する相談

|                                            |                       |                                      |                                                              |
|--------------------------------------------|-----------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| 多重債務、ヤミ金融問題などの相談                           | 秋田弁護士会サラ金・クレジット相談センター | 018-896-5599<br>予約受付(面接相談のみ)         | 9:30～16:30 月～金<br>(祝日を除く) 初回相談無料                             |
| 多重債務者の相談                                   | 秋田なまはげの会              | 018-862-2253                         | 17:30～19:00 月/19:00～20:00 水<br>13:00～16:00 土                 |
| 銀行業務に関する様々な相談、要望<br>(預金、貸出、外国為替、証券・保険相談など) | 銀行とりひき相談所             | 018-863-9181                         | 9:00～17:00 月～金(祝日を除く)                                        |
| 貸金業務に関する相談、苦情、紛争解決、<br>貸付自粛登録              | 日本貸金業協会秋田県支部          | 0570-051-051                         | 9:00～17:00 月～金<br>(祝日、年末年始を除く)<br>貸付自粛制度をご利用の方は事前にお問い合わせください |
| 経営の再生・改善・整理、事業承継、<br>創業などの相談               | 各商工会議所・秋田県商工会議所連合会    | 連合会018-866-6677<br>各商工会議所:お問い合わせください | 9:00～17:20 月～金(祝日を除く)                                        |
|                                            | 各商工会・秋田県商工会連合会        | 連合会018-863-8495<br>各商工会:お問い合わせください   | 8:30～17:00 月～金(祝日を除く)                                        |
| 創業・起業・経営革新などの相談                            | 公益財団法人あきた企業活性化センター    | 018-860-5610                         | 8:30～17:15 月～金(祝日を除く)                                        |

## 5. 消費生活に関する相談

|                                    |           |              |                                |
|------------------------------------|-----------|--------------|--------------------------------|
| 商品・サービス等の契約、品質などに関する消費トラブルや多重債務の相談 | 秋田県生活センター | 018-835-0999 | 9:00～17:00 月～金<br>(祝日、年末年始を除く) |
|                                    | 北部消費生活相談室 | 0186-45-1040 |                                |
|                                    | 南部消費生活相談室 | 0182-45-6104 |                                |

## 6. 暮らし・法律・介護などの高齢者の相談

|                                            |                     |                           |                                                               |
|--------------------------------------------|---------------------|---------------------------|---------------------------------------------------------------|
| 高齢者のくらし・法律・権利擁護・介護などの相談                    | 秋田県高齢者総合相談・生活支援センター | 018-824-4165              | 9:00～17:00 月～金<br>(祝日、年末年始を除く)<br>※第1・第3金曜日 9:00～20:00<br>面談有 |
| 65歳以上の高齢者のための相続・遺言、<br>成年後見、財産管理、その他法律相談全般 | 秋田弁護士会高齢者無料法律電話相談   | 0800-800-3108<br>相談専用ダイヤル | 13:30～15:30<br>(月のみ(祝日を除く))                                   |

## 7. 女性の人権や被害に関する相談

| 相談内容                                                     | 相談窓口                          | 電話番号                                                  | 受付時間                                             |
|----------------------------------------------------------|-------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| DV・セクハラ被害など女性の人権相談                                       | 法務局女性の人権ホットライン                | ナビダイヤル<br>0570-070-810                                | 8:30~17:15 月~金<br>(祝日、年末年始を除く)                   |
| 職場における男女差別、ハラスメント、妊娠・出産などを理由とする解雇などの相談、育児・介護休業取得などに関する相談 | 秋田労働局雇用環境・均等室                 | 018-862-6684                                          | 8:30~17:15 月~金<br>(祝日、年末年始を除く)                   |
| 女性が抱える悩み事の相談<br>(夫等の暴力、離婚、家庭、男女問題など)                     | 秋田県女性相談所<br>(女性ダイヤル相談)        | 018-835-9052<br>相談専用<br>0120-783-251<br>DV緊急用、県外・携帯不可 | 8:30~21:00 月~金<br>9:00~18:00 土・日・祝日<br>(年末年始を除く) |
| DV、夫婦、親子、男女関係、性的指向、性自認など                                 | 秋田県中央男女共同参画センター<br>(ハーモニー相談室) | 018-836-7846                                          | 10:00~17:00<br>(日・祝日を除く)                         |
| 思いがけない妊娠・女性の健康相談など                                       | 女性健康支援センター                    | 080-8607-2128                                         | 15:00~18:00 月~金                                  |
| 配偶者からのDV相談など                                             | 配偶者暴力相談支援センター                 | 女性相談所・秋田県中央男女共同参画センター・県内の各福祉事務所へお問い合わせください            |                                                  |

## 8. ひとり親家庭の相談

|                   |                      |              |                       |
|-------------------|----------------------|--------------|-----------------------|
| ひとり親家庭の就業・養育費相談など | 秋田県ひとり親家庭就業・自立支援センター | 018-896-1531 | 8:30~17:00 月~金(祝日を除く) |
|-------------------|----------------------|--------------|-----------------------|

## 9. 青少年・子どもの悩み・子育てに関する相談

|                                    |                           |                              |                                 |
|------------------------------------|---------------------------|------------------------------|---------------------------------|
| 子どもの急な病気などの相談                      | 秋田県こども救急電話相談室             | #8000<br>018-895-9900        | 19:00~明朝 8:00 毎日                |
| 18歳未満児童の育児・非行・いじめ・虐待・人権に関する相談      | 児童相談所全国共通ダイヤル             | 189                          | 24時間 毎日                         |
|                                    | 秋田県北児童相談所                 | 0186-52-3956                 |                                 |
|                                    | 秋田県中央児童相談所                | 018-862-7311                 | 8:30~17:00 月~金<br>(祝日を除く)       |
|                                    | 秋田県南児童相談所                 | 0182-32-0500                 |                                 |
|                                    | 子ども・家庭110番<br>「でんわ相談よい子に」 | 0120-42-4152                 | 24時間 毎日                         |
| 子どもの悩み・非行など<br>青少年少女と保護者の相談        | 法務局子どもの人権110番             | 0120-007-110                 | 8:30~17:15 月~金<br>(祝日、年末年始を除く)  |
|                                    | やまびこ電話<br>警察署少年係          | 018-824-1212<br>各警察署(→P4)    | 24時間 毎日                         |
| 子どもの人権(いじめ、学校のトラブル、子どもの権利に関することなど) | 秋田弁護士会<br>子どもの人権無料法律相談    | 018-896-5599<br>予約受付(面接相談のみ) | 9:30~16:30<br>月~金(祝日を除く) 初回相談無料 |
| いじめ、不登校など学校教育問題の相談                 | すこやか電話                    | 0120-377-804                 | 8:30~17:00 月~金(祝日を除く)           |
| 生活習慣、非行など児童の家庭問題相談                 | 家庭児童相談室                   | 各福祉事務所                       | 8:30~17:00 月~金(祝日を除く)           |

## 10. 仕事の悩み・就職などに関する相談

|                                            |                                                 |                              |                                          |
|--------------------------------------------|-------------------------------------------------|------------------------------|------------------------------------------|
| 産業医などによる事業主及び労働者のための産業保健相談<br>※各地域窓口で対応します | 秋田産業保健総合支援センター<br>各地域窓口                         | 018-884-7771<br>各地域窓口(→P4)   | 8:30~17:15 月~金(祝日、年末年始を除く)<br>お問い合わせください |
| 就職・就労に関する相談                                | あきた就職活動支援センター                                   | 018-826-1735                 | 9:00~17:00 月~金(祝日を除く)                    |
|                                            | 北部サテライト                                         | 0186-44-5100                 | 9:30~12:00 13:00~17:30 月~金(祝日を除く)        |
|                                            | 南部サテライト                                         | 0182-35-6005                 | 9:30~17:30 月~金(祝日を除く)                    |
| 15歳~49歳の若者の<br>就職活動における様々な悩みの相談            | あきた若者サポートステーション<br>sapo-akita02@piano.ocn.ne.jp | 018-892-6021                 | 9:00~17:00 月~金(祝日を除く)                    |
|                                            | 秋田県南若者サポートステーション よこて                            | 0182-23-5101                 | 10:00~16:00 月~土<br>(水・祝日、年末年始を除く)        |
| 仕事上の悩みや職場の悩み                               | 秋田県労連「労働110番」                                   | 0120-378-060<br>018-884-7323 | 9:00~18:00 月~金(祝日を除く)                    |
| 仕事全般の悩み及び<br>心身の健康についての悩み                  | 日本産業カウンセラー協会<br>東北支部 秋田県運営部                     | 080-1694-0764<br>予約受付        | 10:00~16:00                              |

## 11. ストレスやうつなどに関する相談

|                          |                                   |                                   |                                                   |
|--------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------------------|
| 心と体に関する健康相談<br>医師による専門相談 | 保健所<br>市町村                        | 各保健所(要予約)(→P4)<br>各市町村 保健担当課(→P4) | 8:30~17:00 月~金(祝日を除く)<br>お問い合わせください               |
| ストレス・うつなどの全般的なこころの相談     | 秋田県精神保健福祉センター<br>(こころの電話相談)       | 018-831-3939                      | 9:00~16:00 月~金<br>10:00~16:00 土・日・祝日<br>(年末年始を除く) |
| ひきこもり(18歳以上の方)の相談        | ひきこもり相談支援センター<br>(秋田県精神保健福祉センター内) | 018-831-2525<br>要予約               | 10:00~16:00 月~金<br>(祝日、年末年始を除く)                   |
| 精神科の救急全般の相談              | 精神科救急情報センター                       | 018-892-3780                      | 17:00~22:00 月~金<br>9:00~22:00 土・日・祝日              |

|             |                  |              |                                           |
|-------------|------------------|--------------|-------------------------------------------|
| 医療に関する苦情や相談 | 医療安全支援センター       | 018-860-1414 | 9:00～12:00、13:00～17:00<br>月～金(祝日、年末年始を除く) |
| 薬に関する苦情や相談  | 秋田県薬剤師会医薬品情報センター | 018-834-8931 | 10:00～16:00 月～金<br>(祝日、年末年始を除く)           |
| 不妊・不育に関する相談 | こころとからだの相談室      | 018-884-6234 | 12:00～14:00 金<br>(祝日、年末年始を除く)             |

## 12. 障害・難病に関する相談

|                   |                           |              |                                |
|-------------------|---------------------------|--------------|--------------------------------|
| 障害者と家族のさまざまな悩みの相談 | 障害者110番                   | 018-863-1290 | 9:00～16:00 月～金<br>(祝日、年末年始を除く) |
| 発達障害に関する相談        | 秋田県発達障害者支援センター<br>ふきのとう秋田 | 018-826-8030 | 9:00～17:00 月～金<br>(祝日、年末年始を除く) |
| 難病に関する相談          | 秋田県難病相談支援センター             | 018-866-7754 | 9:30～16:30 月～金(祝日を除く)          |

## 13. 生活安全・犯罪被害者などに関する相談

|                                        |                   |                                       |                                          |
|----------------------------------------|-------------------|---------------------------------------|------------------------------------------|
| 特殊詐欺や事件・事故などに関する相談や<br>意見・要望           | 県民安全相談センター        | #9110<br>(018-864-9110)               | 24時間 毎日                                  |
|                                        | 住民安全相談所           | 各警察署(→P4)                             |                                          |
| 暴力団員による不当な行為に関する相談                     | 暴力団壊滅秋田県民会議       | 0120-893-184                          | 9:30～16:30 月～金(祝日を除く)                    |
| サイバー犯罪に関する相談                           | サイバー犯罪相談電話        | 018-865-8110                          | 8:30～17:15 月～金 担当の係員が受付<br>夜間・休日 当直職員が受付 |
| 性暴力の被害に関する相談                           | ほっとハートあきた         | 0800-8006-410<br>(秋田県内からの電話は無料)       | 10:00～19:00<br>月～金(祝日、年末年始を除く)           |
| 性犯罪被害などの相談                             | 性犯罪被害相談電話         | 0120-028-110(フリーダイヤル)<br>#8103(ハートさん) | 24時間 毎日                                  |
| 犯罪被害者などの相談                             | 秋田被害者支援センター       | 0120-62-8010<br>018-893-5937          | 10:00～16:00 月～金<br>(祝日、年末年始を除く)          |
| 犯罪被害者や家族の方に対して手続きや<br>制度、相談窓口の紹介など情報提供 | 法テラス「犯罪被害者支援ダイヤル」 | ナビダイヤル<br>0570-079-714                | 9:00～21:00 月～金<br>9:00～17:00 土(祝日を除く)    |
| 犯罪被害者とその家族の方の相談                        | 秋田弁護士会犯罪被害者支援センター | 018-896-5599<br>予約受付                  | 9:30～16:30<br>月～金(祝日を除く) 初回相談無料          |

## 14. 薬物乱用に関する相談

|           |                  |              |                               |
|-----------|------------------|--------------|-------------------------------|
| 覚せい剤などの相談 | 薬物相談窓口(秋田県医務薬事課) | 018-860-1407 | 8:30～17:00<br>月～金(祝日、年末年始を除く) |
|-----------|------------------|--------------|-------------------------------|

## 15. 交通事故に関する相談

|                                 |                    |                              |                                |
|---------------------------------|--------------------|------------------------------|--------------------------------|
| 賠償責任、示談の仕方、自賠責の請求<br>手続など交通事故相談 | 秋田県生活センター交通事故相談    | 018-836-7804<br>018-836-7805 | 9:00～17:00 月～金<br>(祝日、年末年始を除く) |
| 交通事故に関する相談                      | 日弁連交通事故相談センター秋田県支部 | 018-896-5599<br>予約受付(面接相談のみ) | 9:30～16:30 月～金<br>(祝日を除く)      |

## 16. 人権に関する相談

|           |               |                        |                                |
|-----------|---------------|------------------------|--------------------------------|
| 人権問題全般の相談 | 法務局みんなの人権110番 | ナビダイヤル<br>0570-003-110 | 8:30～17:15 月～金<br>(祝日、年末年始を除く) |
|-----------|---------------|------------------------|--------------------------------|

## 17. 暮らし・福祉に関する相談

|                               |                   |                                          |                                                   |
|-------------------------------|-------------------|------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| 高齢者、障害者、児童及び女性の<br>福祉などに関する相談 | 秋田県福祉相談センター       | 018-831-2940<br>fukushi@pref.akita.lg.jp | 8:30～19:00 月～金<br>10:00～18:30 土・日・祝日<br>(年末年始を除く) |
| 生活・福祉に関する困り事相談                | 秋田県社会福祉協議会        | 018-864-2711                             | 8:30～17:00 月～金(祝日を除く)                             |
|                               | 市町村社会福祉協議会        | 各市町村社会福祉協議会                              | お問い合わせください                                        |
| 福祉サービスに関わる苦情・相談               | 秋田県福祉サービス相談支援センター | 018-864-2726<br>ssc@akitakenshakyō.or.jp | 9:00～17:00 月～金<br>(祝日、年末年始を除く)                    |
| 暮らしなんでも相談                     | ライフサポートセンターあきた    | 0120-980-669                             | 10:00～17:00 月～金(祝日を除く)                            |
| 生活困窮者自立支援制度に関すること             | 秋田県健康福祉部地域・家庭福祉課  | 018-860-1314                             | 8:30～17:15 月～金(祝日を除く)<br>最寄りの相談窓口を紹介します           |

## 18. 在住外国人の相談

|             |              |                                        |                                    |
|-------------|--------------|----------------------------------------|------------------------------------|
| 在住外国人の様々な相談 | 秋田県外国人相談センター | 018-884-7050<br>soudan21@aiahome.or.jp | 9:00～17:00 月～金、第3土<br>(祝日、年末年始を除く) |
|-------------|--------------|----------------------------------------|------------------------------------|

## 19. 新型コロナウイルス感染症に関する相談

|                                          |                           |              |                 |
|------------------------------------------|---------------------------|--------------|-----------------|
| 県と秋田市で設置している<br>新型コロナウイルス感染症に関する<br>相談窓口 | 秋田県新型コロナウイルス<br>感染症総合案内窓口 | 018-895-9176 | 8:00～17:00 毎日   |
|                                          |                           | 018-866-7050 | 17:00～明朝8:00 毎日 |

※国の方針により随時変更となる場合があります。  
※感染者が増加した場合などは電話がつながりにくくなるおそれがあります。

## 警察署

| 名 称    | 電 話 番 号      | 名 称     | 電 話 番 号      | 名 称   | 電 話 番 号      |
|--------|--------------|---------|--------------|-------|--------------|
| 鹿角警察署  | 0186-23-3321 | 男鹿警察署   | 0185-23-2233 | 大仙警察署 | 0187-63-3355 |
| 大館警察署  | 0186-42-4111 | 秋田臨港警察署 | 018-845-0141 | 仙北警察署 | 0187-53-2111 |
| 北秋田警察署 | 0186-62-1245 | 秋田中央警察署 | 018-835-1111 | 横手警察署 | 0182-32-2250 |
| 能代警察署  | 0185-52-4311 | 秋田東警察署  | 018-825-5110 | 湯沢警察署 | 0183-73-2127 |
| 五城目警察署 | 018-852-4100 | 由利本荘警察署 | 0184-23-4111 |       |              |

## 市町村相談窓口

| 名 称          | 電 話 番 号      | 名 称          | 電 話 番 号      | 名 称          | 電 話 番 号      |
|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| 秋田市 健康管理課    | 018-883-1180 | 大仙市 健康増進センター | 0187-62-9301 | 八峰町 福祉保健課    | 0185-76-4608 |
| 能代市 健康づくり課   | 0185-58-2838 | 北秋田市 医療健康課   | 0186-62-6666 | 五城目町 健康福祉課   | 018-852-5180 |
| 横手市 健康推進課    | 0182-33-9600 | にかほ市 健康推進課   | 0184-32-3000 | 八郎潟町 保健課     | 018-875-2800 |
| 大館市 健康課      | 0186-42-9055 | 仙北市 保健課      | 0187-43-2252 | 井川町 健康福祉課    | 018-874-3300 |
| 男鹿市 健康推進課    | 0185-24-3400 | 小坂町 保健センター   | 0186-29-3926 | 大潟村 保健センター   | 0185-45-2613 |
| 湯沢市 健康対策課    | 0183-73-2124 | 上小阿仁村 住民福祉課  | 0186-77-3008 | 美郷町 福祉保健課    | 0187-84-4900 |
| 鹿角市 すこやか子育て課 | 0186-30-0119 | 藤里町 町民課      | 0185-79-2113 | 羽後町 こころの電話相談 | 0183-62-0055 |
| 由利本荘市 健康づくり課 | 0184-22-1834 | 三種町 保健センター   | 0185-83-5555 | 東成瀬村 民生課     | 0182-47-3405 |
| 潟上市 健康長寿課    | 018-853-5315 |              |              |              |              |

## 保健所

| 名 称    | 電 話 番 号      | 名 称     | 電 話 番 号      | 名 称    | 電 話 番 号      |
|--------|--------------|---------|--------------|--------|--------------|
| 大館保健所  | 0186-52-3955 | 秋田中央保健所 | 018-855-5171 | 横手保健所  | 0182-32-4005 |
| 北秋田保健所 | 0186-62-1165 | 由利本荘保健所 | 0184-22-4120 | 湯沢保健所  | 0183-73-6155 |
| 能代保健所  | 0185-55-8023 | 大仙保健所   | 0187-63-3403 | 秋田市保健所 | 018-883-1180 |

## 秋田産業保健総合支援センターの地域窓口

| 名 称      | 電 話 番 号      | 名 称             | 電 話 番 号      | 名 称      | 電 話 番 号      |
|----------|--------------|-----------------|--------------|----------|--------------|
| 秋田地域窓口   | 0120-672-306 | 大館地域窓口          | 0186-43-4511 | 大曲仙北地域窓口 | 0187-62-2205 |
| 能代山本地域窓口 | 0185-58-5656 | 横手市・湯沢市・雄勝郡地域窓口 | 0183-79-6681 | 由利本荘地域窓口 | 0184-22-6660 |

詳しくは、県公式Webサイト

「美の国あきたネット」をご覧ください。

ふきのとうホットライン



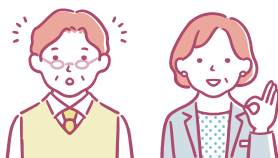
お問い合わせ先

県保健・疾病対策課

☎018-860-1422

～誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現をめざして～

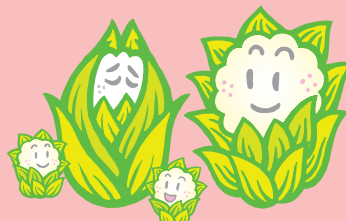
家庭、職場、  
地域の皆さまへ



身近な人に悩みを打ち明けたり、専門の相談機関を利用して、心の負担を軽くしましょう。

悩んでいる人に気がいたら、声をかけて、話を聴き、必要に応じて相談機関を紹介し、見守りましょう。

感じます。ささえます。



悩みがあったら  
気軽に話してネ