

心のセーフティ窓口

* 受付時間等は年末年始を除く場合や変更になる場合もあります。

心の相談	相談窓口	電話番号など	受付時間
心の悩みと自殺問題	秋田いのちの電話	018-865-4343	12:00～21:00 毎日
	仙北市保健課 こころの健康相談(臨床心理士対応)	0187-55-1112 仙北市保健課	8:30～17:15 月～金(祝日を除く) お問い合わせ下さい
自死遺族の心の悩み	あきたいのちのケアセンター	0120-735256(午前) 018-831-5256(午後)	平日 9:00～16:00 土日祝 10:00～16:00
倒産の相談	相談窓口	電話番号など	受付時間
倒産危機など企業主の相談	蜘蛛の糸	018-853-9759	10:00～17:00 月～金(祝日を除く)
法律の相談	相談窓口	電話番号など	受付時間
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 予約受付(面接相談のみ)	9:00～17:00 原則有料 月～金(祝日を除く)
各種登記、クレサラ、少額裁判、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(要予約)	9:00～17:00 月～金(祝日を除く)
法制度、相談窓口の紹介等情報提供	法テラス	ナビダイヤル(法テラスサポートダイヤル受付) 0570-078374	月～金 9:00～21:00 土 9:00～17:00
金融・経営の相談	相談窓口	電話番号など	受付時間
サラ金・クレジットの多重債務、ヤミ金融問題等の相談	秋田弁護士会サラ金・クレジット相談センター	018-896-5599 予約受付(面接相談のみ)	9:00～17:00 初回相談無料 月～金(祝日を除く)
多重債務者の相談	秋田なまはげの会	018-862-2253	13:00～16:00 土
銀行に関する様々な相談、要望	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、貸付自粛登録	日本貸金業協会秋田県支部	0570-051-051 ※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	9:00～17:30 (土・日・祝日を除く)
経営の再建・革新・整理などの相談	各商工会議所・秋田県商工会議所連合会	各商工会:お問い合わせ下さい 連合会018-866-6677	9:00～17:00 月～金(祝日を除く)
	各商工会・秋田県商工会連合会	各商工会:お問い合わせ下さい 連合会018-863-8495	8:30～17:00 月～金(祝日を除く)
創業、起業、経営革新等の相談	あきた企業活性化センター	018-860-5610	8:30～17:00 月～金(祝日を除く)
消費生活の相談	相談窓口	電話番号など	受付時間
商品・サービス等の契約、品質などについての苦情や多重債務の相談(中央・県南地区)	秋田県生活センター	018-835-0999	9:00～17:00 月～金(祝日を除く)
	南部消費生活相談室	0182-45-6104	8:30～17:00 月～金(祝日を除く)
高齢者の相談・認知症の相談	相談窓口	電話番号など	受付時間
高齢者のくらし・法律・介護などの相談	高齢者総合相談センター シルバー110番	018-829-4165	9:00～17:00 面談有 月～土(祝日を除く)
	仙北市包括支援センター	0187-43-2283	8:30～17:15 月～金(祝日を除く)
認知症などの相談	認知症コールセンター	018-829-2275	9:00～17:00 面談可 月～土(祝日を除く)
女性の相談	相談窓口	電話番号など	受付時間
DV・セクハラ被害など女性の権利相談	法務局女性の権利ホットライン	ナビダイヤル 0570-070-810	8:30～17:15 月～金(祝日を除く)
職場における男女差別、妊娠・出産等を理由とする解雇等の相談	秋田労働局雇用均等室	018-862-6684	8:30～17:15 月～金(祝日を除く)
女性が抱える悩み事の相談(夫等の暴力、離婚、家庭、男女問題など)	秋田県女性相談所(女性ダイヤル相談)	018-835-9052(相談専用) 0120-783-251(DV緊急用)	平日 8:30～21:00 土日祝 9:00～18:00
生き方、職場や家庭の人間関係など	中央男女共同参画センター (ハーモニープラザ相談室)	018-836-7846	10:00～17:00(祝日を除く) 水・木は20:00まで 日は月2回
配偶者からのDVなどの相談	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	各福祉事務所にお問い合わせ下さい
女性の被害(性犯罪・ストーカー・DV)などの相談	レディース通話110番	0120-028-110	24時間 毎日
青少年・子どもの相談	相談窓口	電話番号など	受付時間
子どもの急な病気などの相談	秋田県子ども救急電話相談室	#8000 018-884-3373	19:30～22:30 毎日
18歳未満児童の育児・非行・いじめ・人権に関する相談(中央・県南地区)	秋田県中央児童相談所	018-862-7311	8:30～17:00 月～金(祝日を除く)
	秋田県南児童相談所	0182-32-0500	8:30～17:00 月～金(祝日を除く)
	子ども・家庭110番「でんわ相談よい子に」	0120-42-4152 018-824-4152	7時～24時 毎日 月～金 8:30～17:15
	法務局子どもの権利110番	0120-007-110	8:30～17:15 月～金(祝日を除く)
子どもの悩み・非行など少年少女と保護者の相談	仙北市子育て推進課	0187-43-2280	8:30～17:15 月～金(祝日を除く)
	やまびこ電話	018-824-1212	24時間 毎日
	警察署少年相談	各警察署	24時間 毎日
いじめ、不登校など学校教育問題の相談	チャイルド・セーフティ・センター	018-831-3421	24時間 毎日
いじめ、不登校など学校教育問題の相談	すこやか電話	0120-377-804 018-873-7206	8:30～17:00 月～金(祝日を除く)
家庭教育・子育ての相談	スギの子e-mail相談	suginoko@mail2.pref.akita.jp	随時
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)
職場における心の健康づくりの相談	相談窓口	電話番号など	受付時間
職場における心の健康づくりの相談(中央・県南地区)	(秋田)メンタルヘルス対策支援センター	018-836-3967	13:00～17:00 月～金(祝日を除く)
	地域産業保健センター 秋田市	0120-672-306	
	地域産業保健センター 大曲仙北	0187-62-2205	お問い合わせ下さい
	地域産業保健センター 横手市・湯沢市・雄勝郡	0183-79-6681	
職業相談	フレッシュワークAKITA	018-892-7701(面接・メール相談) サイトに相談フォーム有	9:00～17:00 (日・祝日を除く)
	南部サテライト	0182-35-6005 (面接・メール相談)	10:00～18:00 (日・祝日を除く)

職場における心の健康づくりの相談	相談窓口	電話番号など	受付時間
ニート、ひきこもり状態に悩む方(概ね40歳まで)の職業的自立支援相談	サポートステーションあきた	0120-913-854 (スキルアップコーナー) 0120-001-683(キャリアカウンセリングコーナー) sapo-akita02@piano.ocn.ne.jp	13:00~17:00 火~土 9:00~17:00 月~土(祝日を除く)
仕事上の悩みや職場の悩み	秋田県労連「労働110番」	0120-378-060 018-884-7323	9:00~18:00 月~金(祝日を除く)
心と体の健康の相談	相談窓口	電話番号など	受付時間
心と体に関する一般健康相談・医師による専門相談(県南地区保健所)	保健所 由利本荘	0184-22-4120	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)
	保健所 大仙	0187-63-3403	
	保健所 横手	0182-32-4005	
	保健所 湯沢	0183-73-6155	
心と体に関する一般健康相談 ストレス・うつ・ひきこもりなどの全般的なこころの相談	仙北市保健課 こころの健康相談(臨床心理士対応) 傾聴ボランティア「えくぼの会」	0187-55-1112 仙北市保健課 仙北市保健課	8:30~17:15 月~金(祝日を除く) お問い合わせ下さい お問い合わせ下さい
ストレス・うつ・ひきこもりなどの全般的なこころの相談	精神保健福祉センター(こころの電話相談)	018-831-3939	平 日9:00~16:00 土日祝10:00~16:00
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	平 日17:00~22:00 土日祝9:00~22:00
医療に関する苦情や相談	医療安全支援センター	018-860-1414	9:00~17:00 月~金(祝日を除く)
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	9:00~17:00 月~金(祝日を除く)
障がい者の相談	相談窓口	電話番号など	受付時間
障がい者と家族の様々な悩み相談	障がい者110番	018-863-1290	9:00~16:00 月~金(祝日を除く)
	仙北市福祉事務所社会福祉課 障がい福祉係	0187-43-2288	8:30~17:15 月~金(祝日を除く)
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)
ひとり親の相談	相談窓口	電話番号など	受付時間
ひとり親家庭の生活相談と就業相談など	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)
生活安全・犯罪被害者の相談	相談窓口	電話番号など	受付時間
犯罪や交通問題などの相談	県民安全相談センター 住民安全相談所	#9110(018-864-9110) 各警察署	24時間 毎日
行方不明者の捜索・保護相談	行方不明者の保護相談	各警察署	
覚せい剤等薬物、サラ金・悪質商法に関する相談	覚せい剤等薬物・サラ金・悪質商法110番	018-823-0110	24時間 毎日
サイバー犯罪に関する相談	サイバー犯罪110番	018-865-8110	24時間 毎日
暴力行為等の被害相談	暴力追放110番	018-862-0110	24時間 毎日
	暴力団壊滅秋田県民会議	0120-893-184	9:00~17:00 月~金(祝日を除く)
犯罪被害者などの相談	秋田被害者支援センター	0120-62-8010 018-893-5937	10:00~16:00 月~金(祝日を除く)
犯罪被害者や家族の方に対して手続きや制度、相談窓口の紹介等情報提供	法テラス「犯罪被害者支援ダイヤル」	ナビダイヤル(コールセンター受付) 0570-079714	月~金9:00~21:00 土 9:00~17:00
薬物乱用の相談	相談窓口	電話番号など	受付時間
覚せい剤などの相談	薬物相談窓口	018-860-1407	8:30~17:15 月~金(祝日を除く)
交通事故の相談	相談窓口	電話番号など	受付時間
賠償責任、示談の仕方、自賠責の請求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 018-836-7805	9:00~17:00 月~金(祝日を除く)
人権問題の相談	相談窓口	電話番号など	受付時間
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 0570-003-110	8:30~17:15 月~金(祝日を除く)
生活・福祉の相談	相談窓口	電話番号など	受付時間
生活・福祉に関する相談	秋田県社会福祉協議会	018-864-2711	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)
	仙北市福祉事務所社会福祉課	0187-43-2288	8:30~17:15 月~金(祝日を除く)
	仙北市社会福祉協議会	0187-52-1624	8:30~17:15 月~金(祝日を除く)
	角館支所	0187-54-2493	
	田沢湖支所	0187-43-1368	
西木支所	0187-48-2940		
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 ssc@akitakenshakyo.or.jp	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)
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)
福祉に関する相談	福祉相談センター	018-831-2940 fukushi@pref.akita.lg.jp	平 日8:30~19:00 土日祝10:00~18:30

いのちの絆

「気づき」家族や仲間の変化に気づいて声をかける
「傾聴」本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける
「つなぎ」早めに専門機関に相談するように促す
「見守り」より添いながら見守る

9月10日~16日 「自殺予防週間」
12月1日 「いのちの日」
3月1日 「秋田県いのちの日」



問い合わせ先

〒014-0368 仙北市角館町中菅沢 77-28 仙北市保健課 TEL 0187-55-1112 ファックス 0187-55-1113