

話してみませんかあなたの悩み ~ひとりで悩まずご相談ください~

誰でも、さまざまなストレスを感じたり、心配事を抱えていたりすることがあります。ひとりで悩まず、まずは自分にあった相談場所へ相談してみませんか。本人が相談できないときは周囲の方の相談も可能です。



横手市内にはサロン(寄り合い場)があります

相談場所	会場	開催日時
コーヒーサロン「和生(なな)」 電話番号:090-4880-4319	秋田県南部男女共同参画センター (横手市大町 7-18 横手商工会議所 大町会館 2 階)	月 2 回 毎月第 1・3 火曜日 10:00~12:00・13:00~15:00
おおもりコーヒーサロン 「和生(なな)」	大森地域交流センター (横手市大森町字大中島 276)	日時:月 1 回 毎月第 2 火曜日 13:00~15:00
ほっこりの里	横手市役所雄物川庁舎 コミュニティホール (横手市雄物川町今宿字鳴田 1)	毎月第 4 土曜日 13:00~15:30

○保健所では、医師による精神保健相談(予約制)、保健師による精神保健相談を実施しています。

横手保健所 ☎ 32-4005(平日 8:30~17:00 祝日除く)

○横手市では他にも相談場所がありますので、お電話ください。(平日 8:30~17:15 祝日・年末年始除く)

健康推進課 ☎ 33-9600

東部地域包括支援センター ☎ 35-2160

西部地域包括支援センター ☎ 35-2135

南部地域包括支援センター ☎ 35-2177

横手市子ども・若者相談窓口(Yotte・Cotto) ☎ 35-4056



こころの悩みがあるときは?

<ふきのとうホットラインパンフレットより抜粋>

相談場所	電話番号	受付時間
秋田いのちの電話	018-865-4343	毎日(正午)12:00~20:30 (12月29日~1月3日を除く)
あきたいのちのケアセンター	0120-735-256	平日 9:00~16:00 土日祝 10:00~16:00(12月29日~1月3日を除く)
蜘蛛の糸 (生活苦や経営問題の相談にも応じます)	018-853-9759	月~金 10:00~17:00(祝日、年末年始除く) LINE相談はこちら ⇒ ⇒ ⇒ ⇒ (火曜日から土曜日 16時~21時)



経済的な心配があるとき、経営について相談したいときは?

相談場所	電話番号	受付時間
秋田なまはげの会 (多重債務の相談に応じます)	018-862-2253	月 17:30~19:00 水 18:00~20:00 土 13:00~16:00
市生活環境課くらしの相談係	0182-35-4099	月~金 8:30~17:15(祝日・年末年始除く)
横手商工会議所	0182-32-1170	月~金 8:30~17:15(祝日・年末年始除く)
よこて市商工会	0182-42-0406	月~金 9:00~17:00(祝日・年末年始除く)



DVやいじめについて相談したいときは?

相談場所	電話番号	受付時間
法務局みんなの人権 110 番	0570-003-110	月~金 8:30~17:15(祝日・年末年始除く)
秋田県南児童相談所	0182-32-0500	月~金 8:30~17:15(祝日除く)