

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～

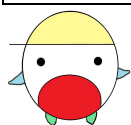
誰でも、さまざまなストレスを感じたり、心配事を抱えていたりすることがあります。ひとりで悩まず、まずは下記の相談場所へ相談してみませんか。本人が相談できないときは周囲の方の相談も可能です。



こころの悩みがあるときは？

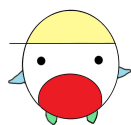
<ふきのとうホットラインパンフレットより抜粋>

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(年末年始を除く)
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 19:00～20:00 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
法務局女性の人権ホットライン	0570-070-810	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)

○横手市内にはサロン(寄り合い場)があります。開催日時、場所は下記へお問い合わせください。

- ・よこて和生(なな)の会 ☎ 090-2361-4687(小池田さん)
- ・ほっこりの里 ☎ 080-4108-5378(坪井さん)

○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)

○それぞれの地域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	大森市民サービス課 ☎ 26-2115	東部地域包括支援センター ☎ 35-2160
増田市民サービス課 ☎ 45-5514	十文字市民サービス課 ☎ 42-5114	西部地域包括支援センター ☎ 35-2135
平鹿市民サービス課 ☎ 24-1114	山内市民サービス課 ☎ 53-2933	南部地域包括支援センター ☎ 35-2177
雄物川市民サービス課 ☎ 22-2157	大雄市民サービス課 ☎ 52-3905	