

# 相談窓口一覧

皆様お一人お一人のお悩みに寄り添えるよう、  
各種ご相談窓口をご用意しています。お気軽にご相談ください。

## 仕事について相談したいとき

### ● ハローワーク【TEL:最寄りのハローワークにおかけください】

仕事をお探しの方は、[お近くのハローワーク](#)にご相談ください。求人情報は、[ハローワークインターネットサービス](#)でも探すことができます。また、職業紹介等は電話で相談できます。あわせて、来所した方で住居・生活に関する支援が必要な方には、支援制度のご案内など、必要な相談も受け付けます。



## 労働問題（解雇・雇止め等）について相談したいとき

### ● 特別労働相談窓口等【TEL:最寄りの窓口におかけください】

各都道府県労働局に「[特別労働相談窓口](#)」を設置しております。新型コロナウイルスの影響に伴う解雇・雇止め・休業手当等の労働相談に対応しています。

また、内定取消しや入職時期繰下げにあわれた皆様のため、新卒応援ハローワークに「[新卒者内定取消等特別相談窓口](#)」を設置しています。来所しなくても電話で相談できます。



## 心の健康について相談したいとき

### ● 精神保健福祉センター等【TEL:最寄りのセンターにおかけください】

保健師・精神保健福祉士等の専門職が、面接や電話等により、コロナのことが不安で眠れない、子どもの世話でストレスがたまるといったお悩みの相談を受け付けます。

### ● 働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」

職場のメンタルヘルスに関する情報提供をしています。また、産業カウンセラー等が、メールや電話により、メンタルヘルス不調、過重労働により体調を崩したといった健康相談を受け付けます。



## DVや子育ての悩みについて相談したいとき

### ● DV相談ナビ【TEL:0570-0-55210】

配偶者や恋人からの暴力（DV）の悩みについて、最寄りの相談窓口にご相談できます。相手との関係が「つらい」「なにかおかしい」と感じていたら、ひとりで悩まず、お電話ください。

### ● 児童相談所・児童相談所虐待対応ダイヤル

【TEL:最寄りの児童相談所か、児童相談所虐待対応ダイヤル「189」におかけください。】  
子育ての悩み、虐待の相談等について、お電話にて相談を受け付けます。



## 生きづらさを感じるなどの様々な悩みについて相談したいとき

### ● よりそいホットライン等（電話等による相談）【TEL:0120-279-338】

どんなひとの、どんな悩みにもよりそって、一緒に解決できる方法を探します。

（ご相談の例）

- ・暮らしの悩みごと・悩みを聞いて欲しい方、DV・性暴力などの相談をしたい方、  
外国語による相談をしたい方

など

### ● SNS等による相談

LINE, Twitter, FacebookなどのSNSや電話を通じて、年齢や性別を問わず、「生きづらさを感じる」などのお悩みの相談を受け付けます。

