

困ったときの相談窓口一覧

ひとりで悩まないで！
相談してみませんか？ 

NO. 分野別	相談内容	相談窓口	電話番号等	受付時間	
1 心の悩み	様々な悩みを聴いてくれる	山形いのちの電話	023-645-4343	13:00～22:00 年中無休	
		＃いのちSOS (NPO法人自殺対策支援センターライフリンク)	0120-061-338	月・木・金 0:00～24:00(24時間) 火～水／土～日 6:00～24:00	
		よりそいホットライン (一社 社会的包摂サポートセンター)	0120-279-338 0120-773-776(FAX)	24時間 年中無休	
2 金融・経営	悪質商法・ヤミ金融に関する相談	悪質商法相談(県警察本部生活環境課)	023-642-4477	24時間	
	貸金業務に関する相談・苦情・紛争解決・貸付自粛申告の受付	日本貸金業協会山形県支部	0570-051-051	月～金 9:00～17:00	
	経営の相談	山形県商工会議所連合会／各商工会議所 山形県商工会連合会／各商工会	023-622-4666 050-3540-7211	月～金 9:00～17:30 月～金 8:30～17:00	
3 消費生活	商品や契約等に関するトラブル等消費生活相談・多重債務相談	県消費生活センター	023-624-0999	月～金 9:00～17:00	
		最上消費生活センター	0233-29-1370		
		置賜消費生活センター	0238-24-0999		
		庄内消費生活センター	0235-66-5451		
借金返済に関する相談(多重債務相談)	山形財務事務所 理財課	023-641-5201	月～金 8:30～12:00/13:00～16:30		
4 しごと	労働や雇用に関する相談	山形労働局 総合労働相談コーナー	023-624-8226	月～金 8:30～17:15	
		最寄の労働基準監督署 総合労働相談コーナー	お問い合わせ下さい		
		県雇用・コロナ失業対策課(労働問題全般に関する相談)	023-630-2439		
		最寄の県総合支庁 産業経済部 地域産業経済課	お問い合わせ下さい		
		求職者の生活・住居や就労に関する相談	県求職者総合支援センター		0800-800-7867
	就職の相談	職場の男女差別、セクハラ、妊娠等による不利益取扱い、育児介護休業等、パート均等待遇等に関する相談	山形労働局雇用環境・均等室	023-624-8228	月～金 8:30～17:15
			山形公共職業安定所	023-684-1521	月～金 8:30～17:15
			米沢公共職業安定所	0238-22-8155	
			酒田公共職業安定所	0234-27-3111	
			鶴岡公共職業安定所	0235-25-2501	
			新庄公共職業安定所	0233-22-8609	
			長井公共職業安定所	0238-84-8609	
			村山公共職業安定所	0237-55-8609	
		寒河江公共職業安定所	0237-86-4221		
	若者の就職相談		やまがた若者サポートステーション	023-679-3266	日～金 10:00～17:00
			置賜若者サポートステーション	0238-33-9137	月～土 9:00～17:00
			庄内地域若者サポートステーション	0234-23-1777	月～金 10:00～18:00
	障がい者の就職相談		山形障害者職業センター	023-624-2102	月～金 8:45～17:00
			村山障害者就業・生活支援センター	023-615-8152	月～金 9:00～17:00 土 9:00～13:00
			置賜障害者就業・生活支援センター	0238-88-5357	月～金 8:30～17:00
		庄内障害者就業・生活支援センター	0234-24-1236		
		最上障害者就業・生活支援センター	0233-23-4528	月～金 8:15～17:00	
5 高齢者	高齢者の介護、健康、暮らしに関する心配事等の相談	お住まいの各地域包括支援センター	お問い合わせ下さい		
	認知症に関する悩み・相談	さくらんぼカフェ	023-687-0387	月～金 12:00～16:00	
	高齢者の様々なトラブルに関する相談	「高齢者・障がい者のための弁護士電話法律相談」 山形県弁護士会	023-635-3648	月～金 9:00～17:00	
6 女性	女性の人権ホットライン(セクハラ・DVなど)	山形地方務局	0570-070-810	月～金 8:30～17:15	
	女性を中心としての悩み・相談等	「チェリア相談室」(県男女共同参画センター)	023-629-8007	月・火・水・木・土 9:00～17:00 金・日・祝祭日 13:00～17:00 (第1・3・5月曜日、第3日曜日、年末年始を除く)	
	女性の性犯罪被害等に関する相談	「性犯罪被害相談電話」(県警察本部広報相談課)	#8103 0120-39-8103 023-615-7130	24時間	
	DV(配偶者などからの暴力)等に関する相談	女性相談センター「中央配偶者暴力相談支援センター」 県各総合支庁「配偶者暴力相談支援センター」	023-627-1196 お問い合わせ下さい	月～金 8:30～17:15 月～金 8:30～17:15	
	ストーカー・DVIに関する相談	県警察本部人身安全少年課	023-626-0110	24時間	
	子ども女性電話相談	県福祉相談センター	023-642-2340	8:30～22:00(年末年始を除く)	
	不登校・子育て等教育に関する悩み・相談	「教育相談ダイヤル」(県教育センター)	023-654-8181	月～金 8:30～20:30 土・日・祝祭日 8:30～17:30	
	いじめをはじめとした子供のSOSに関する悩み・相談	「24時間子供SOSダイヤル」(県教育センター)	0120-0-78310 023-654-8383	24時間	
7 青少年・子ども・若者	子育ての悩みや家庭教育に関する相談	「ふれあいほっとライン」 (県教育庁 家庭教育電話相談)	023-630-2876 023-630-2874(FAX)	月～金 8:30～17:15 (時間外、土・日、祝日はメール・FAX・留守番電話での対応)	
	少年の非行や事件、その他悩みごとに関する相談	「ヤングテレホンコーナー」(県警察本部人身安全少年課)	023-642-1777	月～金 8:30～17:15 (上記以外は、当直警察官が対応)	
	子どもの人権110番(いじめ、体罰など)	山形地方務局	0120-007-110	月～金 8:30～17:15	
	子ども女性電話相談	県福祉相談センター	023-642-2340	8:30～22:00(年末年始を除く)	
	子どもに関する相談、児童虐待等に関する相談	県中央児童相談所	023-627-1195	月～金 8:30～17:15	
		県庄内児童相談所	0235-22-0790	月～金 8:30～17:15	
		子ども家庭支援センター「チェリー」	0237-84-7111	月～土 9:00～17:00	
	子どもの養育や生活に関する相談	児童家庭支援センター「シオン」	0235-68-5477	月～土 9:00～18:00	

※電話相談は原則無料ですが、フリーダイヤル以外は通話料金がかかります。
※受付時間欄に特記がない限り、土日・祝祭日・年末年始は対応していません。

NO. 分野別	相談内容	相談窓口	電話番号等	受付時間
7 青少年・子ども・若者	非行や問題行動に関する相談	やまがた法務少年支援センター	023-642-3445	月～金 9:00～12:15/13:00～17:00
		認定NPO法人 発達支援研究センター	023-623-6622	日～金 10:00～17:00
	不登校・ひきこもり等の子ども・若者に関する相談	クローバーの会@やまがた	023-664-2275	月～土 10:00～17:00
		フリースペースまちかどカフェたまりば	080-3144-3009	月～金、第1・3日曜日 13:00～18:00
		NPO法人 With優	0238-33-9137	月～土 9:00～17:00
		NPO法人 から・ころセンター	0238-21-6436	月～金 9:00～18:00
		若者相談窓口 ふきのとう	0235-24-1819	月～金 10:00～17:00
		あにまるplus+	023-616-4217	月～金 9:00～17:00
多機能福祉施設こもれび	0234-28-8255	月～金 10:00～16:00		
8 障がい	身体障がいに関する相談	県身体障がい者更生相談所	023-627-1197	月～金 8:30～17:15
	知的障がいに関する相談	県知的障がい者更生相談所	023-627-1364	月～金 8:30～17:15
	精神障がい(福祉)に関する相談	各市町村精神保健福祉担当課	お問い合わせ下さい	
		各市町村手帳・公費負担申請窓口担当課	お問い合わせ下さい	
	障がい者・家族・関係者の様々な悩み相談	障がい者110番「障がい者なんでも相談室」	023-687-5333	月～金 8:30～17:00
	難病・小児慢性特定疾病に関する相談	山形県難病相談支援センター	難病:023-631-6061 小慢:023-664-0179	月～金 9:00～16:00
		山形県高次脳機能障がい者支援センター	023-681-3394	月～金 8:30～17:00
	高次脳機能障がいに関する相談	山形県庄内高次脳機能障がい者支援センター	0235-57-5877	月～金 9:00～17:30
発達障がいに関する相談	山形県発達障がい者支援センター	023-673-3314	月～金 8:30～12:00/13:00～17:15	
障がい者の様々なトラブルに関する相談	山形県弁護士会 「高齢者・障がい者のための弁護士電話法律相談」	023-635-3648	月～金 9:00～17:00	
9 ひとり親	ひとり親家庭の生活相談と就業相談等	山形県ひとり親家庭応援センター	023-633-1037	月～金 8:30～17:15
10 外国人	外国人の生活全般の相談(7ヶ国語)	山形県外国人総合相談ワンストップセンター-外国人相談窓口	023-646-8861	英語・日本語 火～土 10:00～17:00 中国語 火・金 10:00～14:00 韓国 木・土 10:00～14:00 ポルトガル語 水 10:00～14:00 タガログ語 金 10:00～14:00 ベトナム語 第2・4土 10:00～14:00
11 犯罪被害	事件や事故の被害に関する相談	(公社)やまがた被害者支援センター	023-642-7830	月～金 10:00～16:00
		(公社)やまがた被害者支援センター-庄内出張相談所	0234-43-0783	水 10:00～16:00
		県警察本部警務課 犯罪被害者支援室	023-626-0110	24時間
		「被害者ホットライン」(山形地方検察庁)	023-622-5122	月～金 9:00～17:00
	犯罪被害に関する相談	県犯罪被害者総合相談窓口	023-630-3047	月～金 9:00～16:00
	性犯罪被害に関する相談	「べにサポ やまがた」(やまがた性暴力被害者サポートセンター)	023-665-0500	月～金 10:00～19:00 ※上記時間以外には政府のコールセンターに転送され、24時間365日の相談が可能
犯罪被害に関する法的な支援	「犯罪被害者支援センター」山形県弁護士会	023-622-2234	月～金 10:00～16:00	
12 暴力や生活安全の困りごと	暴力団に関する相談	(公財)山形県暴力追放運動推進センター	023-633-8930 0120-89-3040	月～金 9:00～16:00
		暴力団関係相談(県警察本部組織犯罪対策課)	023-622-4525	24時間
	身近な不安や犯罪に関する相談	「警察総合相談」(県警察本部広報相談課内 警察安全相談室) 最寄の警察署・交番・駐在所	＃9110または 023-642-9110 お問い合わせ下さい	24時間
13 交通事故	交通事故に関する相談	県交通事故相談所	023-630-3047	月～金 9:00～16:00
		県交通事故相談所庄内支所	0235-66-5452	
14 生活・福祉	生活や福祉の困りごとに関する相談	お住まいの各市町村社会福祉協議会	お問い合わせ下さい	
	生活困窮者自立支援に関する相談	お住まいの地域生活自立支援センター・相談窓口	お問い合わせ下さい	
	生活保護に関する相談	市にお住まいの方:市役所(福祉事務所) 町村にお住まいの方:村山総合支庁生活福祉課、 最上総合支庁地域健康福祉課、置賜総合支庁地域健康福祉課、庄内総合支庁地域健康福祉課	お問い合わせ下さい	月～金 8:30～17:15
	税金全般に関する相談	最寄の税務署	お問い合わせ下さい	月～金 8:30～17:00
15 人権問題	みんなの人権110番(嫌がらせや差別等、人権に関する相談)	山形地方法務局(及び各支局)	0570-003-110	月～金 8:30～17:15
16 法律	法律相談全般 (金融・経営、消費生活、しごと、高齢者、女性、青少年・子ども、障がい、犯罪被害、交通事故、人権問題等)	山形県弁護士会 法律相談センター	023-635-3648	月・火・木・金 9:00～17:00 水(夜間相談) 9:00～18:30
	簡易裁判所で扱う法律問題の相談など	「司法書士無料相談所」(山形県司法書士会)	023-642-3434	月～金 10:00～16:00
	法的トラブルに関する情報提供等	法テラス山形(日本司法支援センター-山形地方事務所)	0570-078381	月～金 9:00～17:00
17 心の健康	心の健康・悩み、ひきこもり、アルコール問題等に関する相談	村山保健所 精神保健福祉担当	023-627-1184	月～金 8:30～17:15
		山形市保健所 精神保健係	023-616-7275	
		最上保健所 精神保健福祉担当	0233-29-1266	
		置賜保健所 精神保健福祉担当	0238-22-3015	
		庄内保健所 精神保健福祉担当	0235-66-4931	
	心の健康・悩み等に関する相談	各市町村精神保健福祉担当課	お問い合わせ下さい	
		「心の健康相談ダイヤル」 (県精神保健福祉センター)	023-631-7060	月～金 9:00～12:00/13:00～17:00
		「心の健康インターネット相談」 (県精神保健福祉センター)		山形県精神保健福祉センターのホームページよりアクセス
「こころの悩み電話相談室」 (県立こころの医療センター)	0235-22-3991	火 10:00～12:00		
男性専用の相談	「男性ほっとライン」(県男女共同参画センター)	023-646-1181	毎月第1・2・3(水)19:00～21:00	
ひきこもりに関する相談	自立支援センター-葉立ち「ひきこもり相談支援窓口」 (県精神保健福祉センター内)	023-631-7141	月・火・木・金 9:00～12:00/13:00～17:00	
18 職場における心の健康づくり	事業場におけるメンタルヘルス対策についての支援	山形産業保健総合支援センター	023-624-5188	月～金 8:30～17:15

※電話相談は原則無料ですが、フリーダイヤル以外は通話料金がかかります。
※受付時間欄に特記がない限り、土日・祝祭日・年末年始は対応していません。

山形県精神保健福祉センター(電話023-624-1217)

令和3年4月作成
(令和5年2月一部修正)