

# ひとりで悩まないで 各種相談窓口のご案内

## 人権全般に関する相談

●宍粟市 人権推進課 / 男女共同参画センター (人権擁護・人権相談・市民生活相談・ にじいろ相談・女性相談)	TEL.0790-63-0840
●神戸地方務務局龍野支局	TEL.0791-63-3221
●みんなの人権110番 (神戸地方務務局)	TEL.0570-003-110

## 子どもに関する相談

●宍粟市 学校教育課 宍粟市青少年育成センター (いじめ、不登校、虐待などの相談)	TEL.0790-62-8577
教育支援センター「さつき学級」 (不登校などの相談)	TEL.0790-63-3751
教育支援センター「サテライト教室」 (不登校などの相談)	TEL.0790-75-2388
●宍粟市 子育て支援課 (こども家庭支援センター) 子育て支援センター 山崎 (子育て支援課内)	TEL.0790-63-3210
一宮 (いちのびあ内)	TEL.0790-72-2100
波賀 (はがてらす内)	TEL.0790-75-8800
千種 (エーガイヤちくさ内)	TEL.0790-76-8600
家庭児童相談室 (児童虐待、養育などの相談)	TEL.0790-63-1950
●宍粟市 保健福祉課	TEL.0790-62-1000
●姫路こども家庭センター 児童相談	TEL.079-297-1261
児童虐待防止24時間ホットライン	TEL.079-294-9119
●児童家庭支援センター すずらん子育てホットライン	TEL.0791-58-1144
●ひょうごっ子悩み相談センター (兵庫県教育委員会) ひょうごっ子 (いじめ・体罰・子ども安全・不登校) 相談24時間ホットライン (兵庫県立教育研修所)	TEL.0120-0-78310
ひょうごっ子悩み相談センター分室 (播磨西教育事務所分室：姫路市)	TEL.079-224-1152
ひょうごっ子SNS悩み相談 (県内児童生徒のためのLINE・Web相談窓口) PCやスマートフォンから相談できます。 <a href="https://pref-hyogo.coco-chaport.jp/">https://pref-hyogo.coco-chaport.jp/</a>	
ひょうごっ子「ネットいじめ情報」相談窓口	TEL.06-4868-3395
●兵庫県警少年相談室 (ヤングトーク)	TEL.0120-786-109
●子どもの人権110番 (神戸地方務務局)	TEL.0120-007-110
●児童相談所全国共通ダイヤル	TEL.189

## いのちの相談

●はりまいのちの電話	TEL.079-222-4343
------------	------------------


## ひとり親家庭相談・離婚相談

●宍粟市 子育て支援課 母子・父子自立支援相談	TEL.0790-63-3220
----------------------------	------------------

## DV相談

●宍粟市 DV相談窓口	TEL.0790-63-3220
●兵庫県女性家庭センター 悩みのほっとライン	TEL.078-732-7700
●兵庫県警察ストーリーカー・DV相談	TEL.078-371-7830
●DVナビ (自動音声案内) *24時間対応	短縮#8008
●DV相談+ (プラス) *24時間対応	TEL.0120-279-889

## 女性のための相談

●兵庫県立男女共同参画センター (イーフン)	TEL.078-360-8551
●女性の権利ホットライン (神戸地方務務局)	TEL.0570-070-810
●ひょうご女性サポートSNSこころちゃっと <a href="https://cocorochat.com">https://cocorochat.com</a>	

## 男性のための相談

●兵庫県立男女共同参画センター (イーフン) 第1・3火曜日/17:00~19:00	TEL.078-360-8553
---	------------------

## 高齢者に関する相談

●宍粟市 福祉相談課 宍粟市地域包括支援センター	TEL.0790-63-3167
-----------------------------	------------------

## 障がいのある人に関する相談

●宍粟市 福祉相談課 宍粟市基幹相談支援センター	TEL.0790-63-3168
●兵庫県身体障害者福祉協会 障害者ほっとライン	TEL.078-230-9545 FAX.078-230-9553

## 外国人に関する相談

●外国人県民インフォメーションセンター 【対応言語】英語、中国語、スペイン語、ポルトガル語	TEL.078-382-2052
●外国語人権相談ダイヤル 【対応言語】英語、中国語、韓国語、フィリピン語、ポルトガル語、ベトナム語	TEL.0570-090-911

## エイズ・肝炎・ハンセン病等に関する相談

●龍野健康福祉事務所	TEL.0791-63-5140
------------	------------------

## アルコール相談

●宍粟市 保健福祉課	TEL.0790-62-1000
------------	------------------

## ひきこもり相談

●宍粟市 福祉相談課	TEL.0790-63-3168
------------	------------------

## 生活困窮者自立支援相談・孤独独立相談

●宍粟市 社会福祉課	TEL.0790-63-3067
------------	------------------

## 消費生活に関する相談

●宍粟市消費生活センター	TEL.0790-63-2225
●消費者ホットライン	TEL.188

\*その他、相談するところがわからない場合は  
下記までお問い合わせください。

来所、電話、FAX、メールでの相談を受け付けています。  
お気軽にご相談ください。

宍粟市 市民生活部人権推進課

宍粟市山崎町鹿沢65番地3 (宍粟防災センター2階)

TEL 0790-63-0840

FAX 0790-63-0841

※受付時間：平日の午前8時30分から午後5時15分まで

E-mail : shiminsodan-kk@city.shiso.lg.jp



そよ風

発行日：2026年3月発行

発行：宍粟市・宍粟市教育委員会

編集：市民生活部 人権推進課

協力：宍粟市市民人権推進員

