

# ひとりで悩まずご相談ください



緊急時は **110** 番通報を！

作成：石狩市環境市民部広聴・市民生活課

(R8.3)

相談内容・情報	名称	連絡先	受付時間
離婚・別居・配偶者等からの暴力(DV)など 【女性】	北海道立 女性相談支援センター	011-666-9955 <small>きゅうきゅうはこ</small> ※来所相談予約の場合もこの番号に	月～金 9:00～17:00 18:00～20:00 土・日・祝 9:00～18:00 ※年末年始除く
家族・人間関係・生き方・働き方・DV・性に関する悩み 【男性】	令和7年度 男性のための電話相談 (専門の公認心理師・臨床心理士が対応) 北海道立女性プラザ	011-272-0008	毎月第1・第3木曜日 19:00～21:00 ※R7年9月は第1木曜日、R8年1月は第2・第4木曜日
セクシュアリティの専門相談 【LGBTQ+】	にじいろ talk-talk LINE (NPO法人レインボー・リソースセンターL-Port)	「にじいろトークトーク」でネット検索、 「NPO法人レインボー・リソースセンターL-Port」HPからLINE登録	毎月2回 (LINEでお知らせ) 19:00～22:00
女性・男性・LGBTQの方の家庭や人間関係などの悩み ※生理用品も配布しています	家庭生活相談・女性相談 (北海道家庭生活総合カウンセリングセンターの認定を受けたカウンセラーが対応) 市役所1階 家庭生活相談室	0133-72-3227	① 家庭生活相談 第1・2・3火曜 10:00～15:00 ② 女性相談 第4火曜 13:00～15:00 第5火曜 10:00～15:00 ※年末年始・祝日除く
配偶者等からの暴力(DV)など	札幌方面北警察署 生活安全課 【DV支援措置証明】	011-727-0110 (代表)	24時間
	DV相談+ <small>プラス</small> (メール SNS 相談可)	0120-279-889 <small>つなぐ はやく</small>	24時間
	北海道・ 男性被害者の相談窓口	011-661-3210	月～金 9:00～17:00 ※年末年始・祝日除く
	石狩市広聴・市民生活課 石狩市花川北6条1丁目 30-2 市役所1階⑩番窓口	0133-72-3191	月～金 8:45～17:15 ※年末年始・祝日除く

配偶者等からの暴力(DV)など	石狩振興局社会福祉課 (道庁別館5階) 【DV支援措置証明】	011-232-4760 (要事前予約)	月～金 9:00～17:00 ※年末年始・祝日除く
	道庁保健福祉部 子ども家庭支援課	011-221-6780	同上
	NPO法人 女のスペース・おん 【DV被害女性の支援・ 民間シェルター】	011-215-0512	月～金 10:00～17:00 ※年末年始・祝日除く
ストーカー・家庭内暴力・子どもの非行など	北海道警察本部 相談センター (メール相談可)	011-241-9110 または #9110	24時間
性犯罪・性暴力の被害者とご家族	セクハラ・いじめ・ストーカー・配偶者等からの暴力など	法務省女性の人権 ホットライン (ネット相談可)	月～金 8:30～17:15
	性犯罪被害 110 番 (北海道警察本部)	0570-070-810 <small>ゼロナナゼロ ハートライン</small> または 011-728-0783	24時間
	性暴力被害者 支援センター北海道 SACRACH(さくらこ) (メール SNS 相談可)	0120-756-310 <small>ハートさん</small> または #8103	24時間
	性暴力被害者 支援センター北海道 SACRACH(さくらこ) (メール SNS 相談可)	#8891(はやくワンストップ) または 0120-8891-77 sacrach20191101@leaf.ocn.ne.jp	月～金 10:00～20:00 ※土日祝日・年末年始除く、 上記時間外は下記につながります 【夜間休日コールセンター】 24時間受付
	若い人のための DV・性暴力 SNS 相談 Hokkaido	「若い人 DV」でネット検索、「北海道シェルターネットワーク」のHPからチャット相談	月～金 9:00～22:00 ※年末年始・祝日除く
弁護士による無料法律相談	弁護士無料法律相談 (市役所1階 広聴・市民生活課)	0133-72-3191 (要事前予約)	毎月第1・3水曜日(祝日等一部変更あり) 13:30～15:30
女性弁護士による女性のための無料法律相談	①女性のための相談室 (北海道立女性プラザ 札幌市中央区北2西7 かでの2・7 6階) ②札幌弁護士会 ほつとらいんぶーけ	① 011-251-6349 (要事前予約) ② 050-3369-0550	① 毎月第2・4水曜日 (祝日等変更あり) 13:15～15:45 1ヶ月前より予約受付開始 (月～土9:00～17:00) ② 月水 15:00～18:00 火木金 12:00～15:00