

# 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

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など	北海道立 女性相談援助センター	011-666-9955	月～金 9:00 ～ 17:00 17:30 ～ 20:00 土・日・祝 9:00 ～ 18:00 ※年末年始除く
配偶者等からの暴力 など	DV相談ナビ	#8008 <small>はれれば</small>	同上
	DV相談+ <small>プラス</small>	0120-279-889 <small>つなく はやく</small>	24 時間
	北海道環境生活部 くらし安全局	011-221-6780	月～金 9:00 ～ 17:00 ※年末年始・祝日除く
	北海道石狩振興局	011-232-4760	同上
	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
DV 被害に遭っている女性の支援・民間シェルター	NPO法人 女のスペース・おん	011-219-7011	月～金 10:00 ～ 17:00 ※年末年始・祝日除く
セクハラ・職場でのいじめ・ストーカー・配偶者等からの暴力など	女性の人権ホットライン	0570-070-810	月～金 8:30 ～ 17:15
人権侵害・LGBTについてなど	石狩市の人権相談 (人権擁護委員)	0133-72-3191	毎月第3火曜日 13:30 ～ 16:00 ※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	011-241-9110 または #9110	24 時間
性犯罪・性暴力の被害に遭われた方や そのご家族	性犯罪被害 110 番 (北海道警察本部)	0120-756-310 または #8103 <small>ハートさん</small>	24 時間
	性暴力被害者支援センター 北海道 SACRACH (さくらこ)	050-3786-0799 または #8891 <small>はやくワンストップ</small>	月～金 10:00 ～ 20:00 ※年末年始・祝日除く
10代・20代の方のDV・性暴力など	北海道の若い人のための DV・性暴力 SNS 相談 Hokkaido	<a href="https://www.hokkaido-shelternet.com">https://www.hokkaido-shelternet.com</a>	月～金 10:00 ～ 15:00 ※年末年始・祝日除く

相談内容・情報	名 称	連 絡 先	受付時間
女性が抱える不安や 心配事 生理用品の提供	女性相談 (北海道家庭生活カウンセラー クラブ石狩地区) 市役所 1 階相談室ほか	0133-72-3227	第1・2・3火曜 10:00 ~ 15:00 第4火曜 13:00 ~ 16:00 ※年末年始・祝日除く
生活上の心配事・ 悩み事	住民よろず相談 (民生委員) ①りんくる2階会議室 ②厚田保健センター ③高齢者生活福祉センター	①0133-72-8220 ②0133-78-2521 ③0133-79-5050	①火曜(受付15時まで) ②③第3木曜(受付15時まで) 13:00 ~ 16:00 ※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)	相談日 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	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)	011-251-6349	相談日 毎月第2・4水曜日 (一部変更あり) 13:15 ~ 15:45 1ヶ月前より予約受付開始 (月~土9:00~17:00)
司法書士による 無料法律相談	①なのはな相談センター (女性司法書士対応) ②札幌司法書士会 法律相談センター (札幌市中央区大通西13 中菱ビル6階)	①電話相談 011-522-5625 ②面談予約 011-272-9035	①月 12:00~15:00 木 16:00~19:00 ②月~金 9:00~17:00 面談月~金 13:00~17:00
ひとり親世帯の不安 児童虐待や 子どもの養育等	こども・ひとり親相談 (市役所2階 子ども相談センター)	0133-72-3195	月~金 9:00 ~ 16:00 ※年末年始・祝日除く
不登校・友人関係・ 学習について悩みの あるお子さんや 子育ての不安等を 抱える保護者の方	スクールソーシャルワーカー による特別支援・不登校相談 (市役所4階 教育支援課)	0133-76-8000	月~木 9:00 ~ 15:00 金 9:00 ~ 14:00 ※年末年始・祝日除く
ひきこもり・不登校 などの子ども・若年 世代・中高年の方と そのご家族の相談	石狩市ひきこもりサポート センター (花川北3-3-1)	0133-77-5763 home@germer- marche.jp	月~金 10:00 ~ 19:00 ※年末年始・祝日除く
障がいをお持ちの方 やご家族の相談	石狩市障がい者総合 相談支援センター ぷろっぴ(りんくる1階)	0133-72-6137 FAX:0133-72-6138	月~金 8:45 ~ 17:15 ※年末年始・祝日除く
仕事が見つからない、 電気・水道を止められた、 家賃を払えない、住むところ がないなど	お金と暮らしの総合相談窓口 (福)石狩市社会福祉協議会 地域福祉課個別支援係 (りんくる1階)	0133-72-8220 (要事前予約)	月~金 8:45 ~ 17:15 ※年末年始・祝日除く