

# 人権などに関する相談窓口

(岡山市内版)

気がかりなことや困ったことがあれば、  
お気軽にご相談ください。  
電話では予約受付のみの対応の  
場合もありますので、  
ご注意ください。



| 相談内容                                       | 名称  | 連絡先                           | 受付時間等   |
|--|---|-------------------------------|---|
| <b>女性</b>                                  |   |                               |   |
| 女性の人権に関する相談                                | 〔岡山地方法務局内〕<br>女性の人権ホットライン                       | 0570-070-810                  | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15                     |
| 女性が抱える様々な問題や悩みに関する相談                       | 岡山県女性相談所<br>(配偶者暴力相談支援センター)                     | 086-235-6060                  | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>9:00～16:30                     |
|  |   | DV夜間電話相談<br>086-235-6101      | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>16:30～20:00                    |
| 家族・夫婦関係・DVなどの悩みに関する相談                      | 岡山県男女共同参画推進センター<br>(ウイズセンター)<br>(配偶者暴力相談支援センター) | 086-235-3310                  | 火～土(祝日、年末年始を除く)<br>9:30～16:30                     |
|  | 岡山市男女共同参画相談支援センター<br>(配偶者暴力相談支援センター)            | 086-803-3366                  | 月・水～土10:00～19:30、<br>日・祝日10:00～16:30<br>(年末年始を除く) |
| 職場におけるセクシュアル・ハラスメントなどに関する相談                | 岡山労働局雇用環境・均等室                                   | 086-225-2017                  | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>9:30～17:00                     |
|  | 岡山市男女共同参画相談支援センター<br>(配偶者暴力相談支援センター)            | 086-803-3366                  | 月・水～土10:00～19:30、<br>日・祝日10:00～16:30<br>(年末年始を除く) |
| DV被害に関する休日電話相談                             | DV休日電話相談<br>(社会福祉法人クムレ)                         | 086-441-1899                  | 日曜・祝日・年末年始<br>9:30～16:30                          |
| 一般女性相談                                     | 各地域こども相談センター(下記★参照)                             |                               |   |
| <b>子ども</b>                                 |   |                               |   |
| 子どもの人権に関する相談                               | 〔岡山地方法務局内〕<br>子どもの人権110番                        | 0120-007-110<br>(フリーダイヤル)     | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15                     |
| 子どものしつけ・発達や障害・いじめ・児童虐待等についての相談             | 岡山市こども総合相談所                                     | 086-803-2525                  | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15<br>虐待通告は夜間・休日も受付    |
| 子育て・家庭相談                                   | 児童家庭支援センターどんぐり                                  | 086-237-7373<br>090-9417-7300 | 年中無休<br>開所時間9:00～18:00<br>電話相談は24時間受付             |
| 子育てに関する相談・ひとり親家庭相談・一般女性相談                  | ★地域こども相談センター                                    | 岡山市北区中央福祉事務所内                 | 086-803-1824                                      |
|  |   | 岡山市北区北福祉事務所内                  | 086-251-6521                                      |
|  |   | 岡山市中区福祉事務所内                   | 086-901-1234                                      |
|  |   | 岡山市東区福祉事務所内                   | 086-944-0131                                      |
|  |   | 岡山市南区西福祉事務所内                  | 086-281-9652                                      |
|  |   | 岡山市南区南福祉事務所内                  | 086-261-7127                                      |
| 育児全般                                       | 電話育児相談  | 086-803-1270                  | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>9:00～12:00、13:00～16:00         |
| 青少年問題全般に関する相談                              | 岡山県青少年総合相談センター<br>総合相談窓口<br>(すこやか育児テレホン)        | 086-224-7110                  | 年中無休(年末年始を除く)<br>8:30～21:30                       |
| 教育に関する相談                                   | 教育相談  | 086-221-7490                  | 年中無休(年末年始を除く)<br>8:30～12:00、13:00～17:00           |
| 不登校生徒や高校中退者等の進路に関する相談                      | 進路相談  | 086-224-1121                  | 月・木・土曜(年末年始を除く)<br>12:00～18:00                    |
| 学校、家庭、自分自身に関する相談                           | 子どもほっとライン                                       | 086-235-8639                  | 月～金17:00～21:30<br>土・日・祝日8:30～21:30<br>(年末年始を除く)   |
| 少年や保護者からのいじめなどの悩みごとや、非行、家出に関する相談           | ヤングテレホン・いじめ110番                                 | 086-231-3741                  | 年中無休<br>24時間受付                                    |
| 思春期相談                                      | 思春期の電話相談  | 086-803-1270                  | 火・木(祝日、年末年始を除く)<br>9:00～12:00、13:00～16:00         |
| いじめや、自分や友人の安全に関する相談                        | 24時間子供SOSダイヤル                                   | 0120-0-78310<br>(フリーダイヤル)     | 年中無休<br>24時間受付                                    |
| 子育て子どもに関する相談                               | 子ども・家庭電話相談室                                     |                               | 月～土(祝日、年末年始を除く)<br>9:00～20:00                     |
| 児童・生徒の不登校や集団への適応などについての悩み事に対する本人または家族からの相談 | 岡山市教育相談室  | 086-207-2170                  | 月～金9:00～18:30、<br>土9:00～16:00<br>(祝日、年末年始を除く)     |

| 相談内容                                       | 名称  | 連絡先          | 受付時間等  |
|--|---|--------------|--|
| 児童・生徒の不登校や集団への適応などについての悩み事に対する本人または家族からの相談 | いじめ相談専用ダイヤル   | 086-207-2737 | 月～金9:00～18:30、<br>土9:00～16:00<br>(祝日、年末年始を除く)          |
| <b>高齢者</b>                                 |   |              |  |
| 高齢者虐待・権利擁護・介護サービスなど高齢者福祉に関する相談             | 岡山市北区中央地域包括支援センター                                   | 086-224-8755 | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15<br>※緊急の場合は、時間外でも電話対応します。 |
|  | 北方分室  | 086-201-7201 |  |
|  | 平田分室  | 086-239-9211 |  |
|  | 岡山市北区北地域包括支援センター                                    | 086-251-6523 |  |
|  | 高松分室  | 086-287-9393 |  |
|  | 御津分室  | 086-724-4611 |  |
|  | 建部分室  | 086-722-3300 |  |
|  | 岡山市中区地域包括支援センター                                     | 086-274-5172 |  |
|  | 中区分室  | 086-206-2871 |  |
|  | 高島分室  | 086-275-3205 |  |
|  | 岡山市東区地域包括支援センター                                     | 086-944-1866 |  |
|  | 瀬戸分室  | 086-952-3883 |  |
|  | 岡山市南区西地域包括支援センター                                    | 086-281-9681 |  |
|  | 灘崎分室  | 086-363-5070 |  |
| 岡山市南区南地域包括支援センター                           | 086-261-7301  |              |  |
| 市場分室                                       | 086-239-9151  |              |  |
| 認知症の方やその方の家族からの相談                          | おかやま認知症コールセンター                                      | 086-801-4165 | 月～金(祝日、年末年始、お盆休みを除く)<br>10:00～16:00                    |
| 福祉サービスの利用援助、日常的金銭管理に関する相談                  | 岡山県社会福祉協議会<br>福祉支援部生活支援班                            | 086-226-4145 | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:00                          |
| 高齢者本人からの、相続、遺言、金銭貸借、財産管理など法律上の相談           | 岡山市社会福祉協議会<br>ひまわり福祉相談センター                          | 086-201-0171 | 金(第1土の前日、祝日、年末年始を除く)<br>13:00～16:10※事前予約制              |
| <b>障害のある人</b>                              |   |              |  |
| 療育手帳、日常生活などに関する相談                          | 岡山市障害者更生相談所   | 086-803-1247 | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15                          |
| 身体障害者手帳、補装具、自立支援医療(更生医療)、日常生活などに関する相談      | 岡山市障害者更生相談所   | 086-803-1248 | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15                          |
| 精神保健及び精神障害のある人の福祉に関する相談(様々な心の問題に関すること)     | 岡山市保健所健康づくり課精神保健係                                   | 086-803-1267 | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15                          |
|  | 岡山市北区中央保健センター                                       | 086-803-1265 |  |
|  | 岡山市北区北保健センター  | 086-251-6515 |  |
|  | 岡山市中区保健センター   | 086-274-5164 |  |
|  | 岡山市東区保健センター   | 086-943-3210 |  |
|  | 岡山市南区西保健センター  | 086-281-9625 |  |
|  | 岡山市南区南保健センター  | 086-261-7051 |  |
|  | 岡山市障害者生活支援センター                                      | 0867-22-5200 |  |
| 発達障害がある本人、またその疑いのある方とご家族、及び関係機関からの相談       | 岡山市発達障害者支援センター                                      | 086-236-0051 | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15                          |
| 若年性認知症の方やその家族からの相談                         | おかやま若年性認知症支援センター                                    | 086-436-7830 | 月～金(祝日、年末年始、お盆休みを除く)<br>10:00～16:00                    |
| くらしや人権にかかわる生活全般に関する相談                      | 〔(公財)岡山県身体障害者福祉連合会内]<br>岡山県障害者社会参加推進センター<br>障害者総合相談 | 086-223-0020 | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>9:30～16:30                          |
| 障害者本人からの、相続、遺言、金銭貸借、財産管理など法律上の相談           | 岡山市社会福祉協議会<br>ひまわり福祉相談センター                          | 086-201-0171 | 金(第1土の前日、祝日、年末年始を除く)<br>13:00～16:10※事前予約制              |
| 障害のある人への差別禁止、合理的配慮の提供に関する相談                | 〔(公社)岡山県社会福祉士会内]<br>岡山県障害者差別解消相談センター                | 086-224-3279 | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15                          |
| 障害者の権利擁護・虐待に関する相談                          | 〔岡山市障害者基幹相談支援センター内]<br>岡山市障害者権利擁護・虐待防止センター          | 086-259-5303 | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15<br>虐待通告は夜間・休日も受付         |

| 相談内容   | 名称  | 連絡先   | 受付時間等  |
|--|---|---|--|
| <b>外国人</b>   |   |   |  |
| 各種生活情報の提供及び多言語相談   | 〔岡山国際交流センター内〕<br>岡山県外国人相談センター   | 086-256-6052  | 月～土(年末年始を除く)<br>9:00～17:00                             |
| 行政手続き及び生活に関する相談※<br>対応言語:英語・中国語・ベトナム語  | 岡山市外国人総合相談窓口  | 086-803-1128  | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>9:00～16:00                          |
| 行政手続き及び生活に関する相談※<br>対応言語:英語・中国語・韓国語  | 岡山市国際課  | 086-803-1112  | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>9:00～12:00、13:00～16:00              |
| 生活に関する相談<br>※対応言語:英語・中国語・韓国語   | 友好交流サロン(西川アイプラザ4階)  | 086-234-5882  | 火～金10:00～20:00<br>土・日10:00～18:00<br>(第二日曜、祝日、年末年始等を除く) |
| 人権相談<br>※対応言語:英語・中国語・韓国語・<br>フィリピン語・ポルトガル語・ベトナム語・<br>ネパール語・スペイン語・インドネシア<br>語・タイ語 | 法務省 外国語人権相談ダイヤル<br>※民間の多言語電話通訳サービス提供<br>事業者に接続の上、管轄の法務局・地<br>方法務局につながります。 | 0570-090-911  | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>9:00～17:00                          |
| <b>ハンセン病・HIV問題、患者等</b>   |   |   |  |
| ハンセン病、エイズ、HIV感染、結核な<br>ど、感染症に関する相談   | 岡山市保健所感染症対策課  | 086-803-1262  | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15                          |
| エイズ・性感染症ホットライン   | 岡山市保健所感染症対策課  | 086-803-1269  | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>9:00～12:00                          |
| 難病に関する相談   | 岡山市難病相談支援センター   | 086-803-1271  | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15                          |
| <b>インターネットによる人権侵害</b>  |   |   |  |
| インターネット上の誹謗中傷に関する相<br>談  | 違法・有害情報相談センター   | <a href="https://www.ihaho.jp">https://www.ihaho.jp</a>   |  |
|  | 〔岡山地方法務局内〕<br>みんなの人権110番  | 0570-003-110  | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15                          |
|  | 誹謗中傷ホットライン  | <a href="https://www.saferinternet.or.jp/bullying">https://www.saferinternet.or.jp/bullying</a> |  |
| <b>性的マイノリティ</b>  |   |   |  |
| 性的指向や性自認に関する相談<br>※いずれも専門の相談窓口ではありま<br>せんが、お話を伺います。                              | 岡山市男女共同参画相談支援センター   | 086-803-3366  | 月・水～土10:00～19:30<br>日・祝日10:00～16:30<br>(年末年始を除く)       |
|  | 岡山市こころの健康センター   | 086-803-1274  | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>9:00～12:00、13:00～16:00              |
|  | 岡山市子ども総合相談所   | 086-803-2525  | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15                          |
|  | 岡山市教育相談室  | 086-207-2170  | 月～金9:00～18:30<br>土9:00～16:00<br>(祝日、年末年始を除く)           |
|  | 〔岡山地方法務局内〕<br>みんなの人権110番  | 0570-003-110  | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15                          |
|  | 〔岡山地方法務局内〕<br>女性の人権ホットライン   | 0570-070-810  | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15                          |
|  | 〔岡山地方法務局内〕<br>子どもの人権110番  | 0120-007-110<br>(フリーダイヤル)   | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15                          |
| 〔岡山地方法務局内〕<br>外国語人権相談ダイヤル  | 0570-090-911  | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>9:00～17:00   |  |
| <b>刑を終えて出所した人</b>  |   |   |  |
| 刑を終えて出所した高齢者・障害のある<br>人の自立生活に関する相談   | 〔岡山県社会福祉協議会内〕<br>岡山県地域生活定着支援センター  | 086-226-2840  | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15                          |
| <b>犯罪被害者等</b>  |   |   |  |
| 犯罪被害者や家族、遺族の方からの相<br>談(関係機関への紹介)   | 岡山県くらし安全安心課   | 086-226-7259  | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15                          |
|  | 〔警察本部県民広報課内〕<br>おかやま被害者支援ネットワーク   | 086-233-8349  | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>9:00～17:00                          |
| 犯罪被害者等総合相談   | 岡山市北区中央福祉事務所  | 086-803-1238  | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15                          |
| <b>ホームレス</b>   |   |   |  |
| ホームレスの生活相談   | 岡山市北区中央福祉事務所  | 086-803-<br>1209～1214   | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15                          |
|  | 岡山市北区北福祉事務所   | 086-251-6531  |  |
|  | 岡山市中区福祉事務所  | 086-901-1232  |  |
|  | 岡山市東区福祉事務所  | 086-944-1884  |  |

| 相談内容                                 | 名称   | 連絡先                   | 受付時間等                                     |
|--------------------------------------|--|-----------------------|---|
| ホームレスの生活相談                           | 岡山市南区西福祉事務所                                      | 086-281-9620          | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15             |
|                                      | 岡山市南区南福祉事務所                                      | 086-230-0322          |   |
| ホームレスに関する相談                          | 岡山市福祉援護課   | 086-803-1218          | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15             |
| <b>消費者</b>                           |  |                       |   |
| 消費生活相談                               | 岡山市消費生活センター                                      | 086-803-1109          | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>9:00～16:00             |
|                                      | 岡山県消費生活センター                                      | 086-226-0999          | 火～日(祝日、年末年始を除く)<br>9:00～16:30             |
|                                      | 消費者ホットライン<br>※最寄りの消費生活センターまたは国民<br>生活センターに接続します。 | 188<br>(ナビダイヤル)       | 年末年始を除く毎日                                 |
| 靈感商法等に関する相談                          | 法テラス靈感商法等対応ダイヤル                                  | 0120-005931           | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>9:30～17:00             |
| <b>自殺対策</b>                          |  |                       |   |
| 相談窓口                                 | 〔岡山市こころの健康センター内〕<br>岡山市自殺対策推進センター                | 086-803-1274          | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>9:00～12:00、13:00～16:00 |
| 相談窓口の紹介                              | 岡山県自殺対策推進センター                                    | 086-224-3133          | 火・金(祝日、年末年始を除く)<br>9:30～12:00、13:00～16:00 |
| <b>各種相談</b>                          |  |                       |   |
| 一般相談                                 | 区<br>民<br>相<br>談                                 | 岡山市北区役所 総務・地域振興課      | 086-803-1658                              |
|                                      |  | 岡山市中区役所 総務・地域振興課      | 086-901-1603                              |
|                                      |  | 岡山市東区役所 総務・地域振興課      | 086-944-5091                              |
|                                      |  | 岡山市南区役所 総務・地域振興課      | 086-902-3503                              |
| 労働関係の総合的な相談                          | 岡山労働局 総合労働相談コーナー                                 | 086-225-2017          | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>9:30～17:00             |
|                                      | 〔岡山労働基準監督署内〕<br>岡山 総合労働相談コーナー                    | 086-283-4540          | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>9:30～17:00             |
| こころの悩みや精神症状への対応につ<br>いての相談           | 岡山市こころの健康センター                                    | 086-803-1274          | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>9:00～12:00、13:00～16:00 |
| ひきこもり状態の本人や家族からの相談                   | 〔岡山市こころの健康センター内〕<br>岡山市ひきこもり地域支援センター             | 086-803-1326          | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>9:30～12:00、13:00～15:00 |
| 家庭、生活、離婚、苦情、その他日常<br>生活上のあらゆる心配ごとの相談 | 岡山市社会福祉協議会<br>ひまわり福祉相談センター                       | 086-222-8618          | 月・水・金(祝日、年末年始を除く)<br>13:00～16:00          |
| <b>人権全般、同和問題</b>                     |  |                       |   |
| 人権全般に関する相談                           | 〔岡山地方法務局内〕<br>みんなの人権110番                         | 0570-003-110          | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15             |
|                                      | 岡山市福祉交流プラザ三友                                     | 086-254-1992          | 9:30～21:00(火、年末年始を除く)<br>(日曜は17:00まで)     |
|                                      | 岡山市福祉交流プラザ富原                                     | 086-254-2009          |   |
|                                      | 岡山市福祉交流プラザさいでん                                   | 086-279-2753          |   |
|                                      | 岡山市福祉交流プラザ岡輝                                     | 086-225-3352          |   |
|                                      | 岡山市福祉交流プラザ大井                                     | 086-295-2140          |   |
|                                      | 岡山市福祉交流プラザうの                                     | 086-273-4572          |   |
|                                      | 岡山市福祉交流プラザ旭東                                     | 086-273-4280          |   |
|                                      | 岡山市福祉交流プラザ雄神                                     | 086-943-7692          |   |
|                                      | 岡山市福祉交流プラザ山南                                     | 086-946-1543          |   |
| 岡山市福祉交流プラザ建部                         | 086-722-0306                                     | 8:30～17:00(火、年末年始を除く) |   |
| 人権・同和問題全般に関する相談                      | 岡山県人権施策推進課                                       | 086-226-7406          | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15             |
|                                      | 岡山市人権推進課   | 086-803-1070          | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15             |
| 人権教育全般に関する相談                         | 岡山県教育庁人権教育・生徒指導課                                 | 086-226-7612          | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15             |
| 人権教育の指導・内容に関する相談                     | 岡山市教育委員会学校指導課人権教<br>育室                           | 086-803-1621          | 月～金(祝日、年末年始を除く)<br>8:30～17:15             |