心のセーフティーネット

ふきのとうホットライン
能代市 相談窓口一覧

2025年度版

「ふきのとうホットライン」は各分野の相談窓口をネットワークした相談網です。気軽に相談していただくことによって、抱えている問題の改善や解決が図られ、心の悩み・苦しみが和らぐよう、願っています。

能代市こころのホームページ

蜘蛛の糸（SNS相談）

能代市の自殺予防啓発キャラクター「こころん」

※受付時間は年末年始を除く場合があります。

分　野	相談内容	相談窓口	電話番号など	受付時間
心と体の悩み	心と体に関する健康相談	能代市健康づくり課（保健センター）	0185-58-3699	月～金（祝日、年末年始を除く）8:30～17:15
		山本地域振興局福祉環境部	0185-55-8023	月～金（祝日を除く）8:30～17:00
	心に関する医師による専門相談（要予約）	山本地域振興局福祉環境部	0185-55-8023	第2火曜日 14:30～16:30
	心の悩みと死にたい気持ちの相談	秋田いのちの電話	018-865-4343	毎日12:00～20:30（12/29～1/3を除く）
	つらい気持ちを抱えている方の相談	蜘蛛の糸（SNS相談）	上のQRコードを読み取ってください	
	24時間　どんなひとのどんな悩みにも対応します	よりそいホットライン	0120-279-338	24時間、通話料無料
	ストレス・うつなどの全般的なこころの相談	秋田県子ども・女性・障害者相談センター（精神保健福祉センター）こころの電話相談	018-831-3939	平　日 9:00～16:00 土日祝日10:00～16:00（12/29～1/3を除く）
	18歳以上のひきこもり状態にある、ご本人やそのご家族などからの相談	ひきこもり相談支援センター（秋田県子ども・女性・障害者相談センター（精神保健福祉センター）内）	018-831-2525	電話、面接（要予約）月～金（祝日、年末年始を除く）10:00～16:00
		能代市福祉課	0185-89-2153	月～金（祝日、年末年始を除く）8:30～17:15
	不安や困りごと相談	能代市社会福祉協議会（くらしサポート相談室）	0185-88-8186	月～金（祝日、年末年始を除く）8:30～17:15
	死にたい気持ちのある方、自死遺族の方の相談	あきたいのちのケアセンター	0120-735-256	平　日 9:00～16:00 土日祝日 10:00～16:00（12/29～1/3を除く）
	精神科の救急全般の相談	精神科救急情報センター	018-892-3780	平　日 17:00～22:00 土日祝日　9:00～22:00
医療	「うつ」などの相談については、上記各相談窓口にお問い合わせ下さい。			
	医療に関する苦情や相談	医療安全支援センター	018-860-1414	月～金（祝日、年末年始を除く）9:00～12:00、13:00～17:00
	薬に関する相談	くすりの相談室	018-834-8931	月～金（祝日、年末年始を除く）10:00～12:00、13:00～16:00
女性	夫や恋人からの暴力等、女性がかかえる悩みに関する相談	能代市子育て支援課	0185-89-2947	月～金（祝日、年末年始を除く）8:30～17:15
		山本地域振興局福祉環境部	0185-55-8020	月～金（祝日を除く）8:30～17:00
	女性が抱える悩み事の相談（夫等の暴力、離婚、家庭、男女問題など）	秋田県子ども・女性・障害者相談センター（女性相談所）女性ダイヤル相談	018-835-9052（相談専用） 0120-783-251（DV緊急用）	平　日 8:30～21:00 土日祝日 9:00～18:00（12/29～1/3を除く）
	DV、夫婦、親子、男女関係、性的指向、性自認など	秋田県中央男女共同参画センター（ハーモニー相談室）	018-836-7846	木、日、祝日を除く 10:00～17:00 毎月第2・第4土 13:00～16:00
	DV・セクハラ被害など女性の人権相談	法務局女性の人権ホットライン	（ナビダイヤル）0570-070810	月～金（祝日、年末年始を除く）8:30～17:15
	職場における男女差別、ハラスメント、妊娠・出産等を理由とする解雇等の相談、育児・介護休業取得等に関する相談	秋田労働局雇用環境・均等室	018-862-6684	月～金（祝日、年末年始を除く）8:30～17:15
	女性の被害（性犯罪・ストーカー・DV）などの相談	能代警察署	0185-52-4311	随時
金融・経営	多重債務者の相談	秋田なまはげの会	018-862-2253	月 17:30～19:00 水 19:00～20:00 土 13:00～16:00
	銀行業務に関する様々な相談、要望（預金、貸出、外国為替、証券・保険相談など）	銀行とりひき相談所	018-863-9181	月～金（祝日を除く）9:00～17:00
	貸金業務に関する相談、苦情、紛争解決、貸付自粛登録	日本貸金業協会秋田県支部 ※貸付自粛制度をご利用の方は事前にお問い合わせください。	0570-051051	月～金（祝日、12/29～1/4を除く）9:00～17:00
	借金などが理由で経済的に困窮している方の相談 低所得者世帯等の生活費等資金貸付についての相談	能代市社会福祉協議会（くらしサポート相談室）	0185-88-8186	月～金（祝日、年末年始を除く）8:30～17:15
	経営に関する相談（資金繰り、税務、労務等）	能代商工会議所	0185-52-6344	月～金（祝日を除く）9:00～17:00
		二ツ井商工会	0185-73-2953	
消費生活	商品・サービス等の契約、品質などに関する消費トラブルや多重債務の相談	能代市消費生活センター	0185-89-2939	月～金（祝日、年末年始を除く）9:00～17:00
		秋田県生活センター https://www.pref.akita.lg.jp/pages/archive/70050	018-835-0999	月～金（祝日、年末年始を除く）9:00～17:00
倒産	倒産危機など企業主の相談、自殺対策・相談	蜘蛛の糸	018-853-9759	月～金（祝日、年末年始を除く）10:00～17:00
職場	労働問題に関する相談	能代労働基準監督署	0185-52-6151	月～金（祝日、年末年始を除く）8:30～17:15
	仕事、生活、健康などの相談	ハローワーク能代しごと・ストレスチェック相談室	0185-54-7311	要予約 13:00～15:00
在住外国人	日本語学習等についての相談	能代市市民活力推進課	0185-89-2212	月～金（祝日、年末年始を除く）8:30～17:15
	さまざまな悩み事相談　日本語学習についての相談	秋田県地域外国人相談員（のしろ日本語学習会）	090-3640-0459	随時
	在住外国人の様々な相談	秋田県外国人相談センター	018-884-7050 soudan21@aiahome.or.jp	月～金、第3土（祝日、年末年始を除く）9:00～17:00

分　野	相談内容	相談窓口	電話番号など	受付時間
高齢者	高齢者の福祉や介護に関する相談	能代市長寿いきがい課	0185-89-2156 0185-89-5355	月～金（祝日、年末年始を除く） 8:30～17:15
		能代市二ツ井地域局市民福祉課	0185-73-5500	
		本庁地域包括支援センター	0185-74-7156	月～土（祝日を除く） 8:30～17:15
		南地域包括支援センター	0185-74-6700	
		北地域包括支援センター	0185-74-7730	月～土（祝日を除く） 8:30～17:30
		二ツ井地域包括支援センター	0185-73-6662	
	高齢者の生きがいづくりや居場所づくりの相談	能代市社会福祉協議会	0185-89-6000	月～金（祝日、年末年始を除く） 8:30～17:15
	高齢者のくらし・法律・権利擁護・介護などの相談	能代市社会福祉協議会（権利擁護センター）	0185-89-6000	
	高齢者のくらし・介護などの相談	秋田県高齢者総合相談・生活支援センター	018-824-4165	月～金　面談有 （祝日、12/29～1/3を除く） 10:00～15:00
子ども・青少年	妊娠や出産、育児に関する相談 乳幼児の子育て・発達についての相談	能代市こども家庭センター　めんchocoてらす	0185-89-2948	月～金（祝日、年末年始を除く） 8:30～17:15
		能代市二ツ井地域局市民福祉課	0185-73-5500	
	乳幼児の子育て・発達についての相談	能代市子育て支援センター　サンピノ	0185-52-8115	月～土（祝日を除く） 8:30～17:15
		能代市子育て支援センター　さんぽえむ	0185-73-3111	
		能代地域生活支援センター　児童発達支援	0185-58-5670	月～金（祝日、年末年始を除く） 8:40～17:30
	子どもの急な病気などの相談	秋田県こども救急電話相談室	＃8000 018-895-9900	毎日19:00～ 明朝8:00
	育児・いじめ・不登校・虐待・非行等 18歳未満の児童に関する相談	能代市子育て支援課	0185-89-2947	月～金（祝日、年末年始を除く） 8:30～17:15
		能代市家庭児童相談員	0185-89-2955	
	18歳未満児童の育児・非行・いじめ・虐待・人権に関する相談	児童相談所虐待対応ダイヤル	189（全国共通）	24時間毎日
		秋田県北児童相談所	0186-52-3956	月～金（祝日を除く） 8:30～17:15
		法務局こどもの人権110番	0120-007-110	月～金（祝日、年末年始を除く） 8:30～17:15
	子どもの悩み・非行など少年少女と保護者の相談	やまびこ電話	018-824-1212	24時間毎日
		能代警察署	0185-52-4311	随時
	いじめ、不登校など学校教育問題の相談	能代市教育相談（風の子相談）	0185-89-1616	月～金（祝日を除く） 9:00～15:00
		すこやか電話	0120-377-804	月～金（祝日を除く） 8:30～17:00
障がいのある方・難病	障がいのある方や家族関係者が抱える問題や悩みの相談	在宅障害者支援施設　とらいあんぐる	0185-89-6333	火～日（祝日の翌日、年末年始を除く） 8:30～17:15
		能代市障がい者基幹相談支援センター	0185-74-5233	月～金（祝日、年末年始を除く） 8:30～17:15
		能代市福祉課	0185-89-2153	
		能代市二ツ井地域局市民福祉課	0185-73-5500	
	障がい者と家族の様々な悩み相談	障害者110番	TEL018-863-1290 FAX018-863-1296	月～金（祝日、年末年始を除く） 9:00～16:00
	判断能力が低下した方（認知症含む）の財産管理や身の回りの手続きについての相談	能代市社会福祉協議会（権利擁護センター）	0185-89-6000	月～金（祝日、年末年始を除く） 8:30～17:15
	難病に関する相談	山本地域振興局福祉環境部	0185-52-4333	月～金（祝日を除く） 8:30～17:00
		秋田県難病相談支援センター	018-866-7754	月～金（祝日を除く） 9:30～16:30
ひとり親家庭	ひとり親家庭の生活相談と就業相談など	能代市母子父子自立支援員	0185-89-2956	月～金（祝日を除く） 9:00～17:00
	ひとり親家庭の就業・養育費相談など	秋田県ひとり親家庭就業・自立支援センター	018-896-1531	月～金（祝日を除く） 8:30～17:00
生活安全・犯罪被害者	特殊詐欺や事件・事故などに関する相談や意見・要望	県民安全相談センター	#9110（018-864-9110）	平日8:30～17:00
	行方不明者の届出・覚せい剤等薬物・ヤミ金・悪質商法・非行に関する相談	能代警察署	0185-52-4311	随時
		能代警察署　二ツ井交番	0185-73-3046	
	サイバー犯罪に関する相談	サイバー犯罪相談電話	018-865-8110	平日8:30～17:00
	暴力団の不当な行為に関する相談など	秋田県暴力追放運動推進センター	0120-893-184	月～金（祝日を除く） 9:30～16:30
	性犯罪被害等の相談	性犯罪被害相談電話	0120-028-110 ＃8103（ハートさん）	24時間毎日
	犯罪被害者などの相談	秋田被害者支援センター	0120-62-8010	月～金（祝日、年末年始を除く） 10:00～16:00
薬物乱用	覚せい剤などの相談	薬物相談窓口（秋田県医務薬事課）	018-860-1407	月～金（祝日、年末年始を除く） 8:30～17:00
人権	人権問題全般の相談	秋田地方法務局能代支局	0185-54-4111	月～金（祝日を除く） 8:30～17:15
		法務局みんなの人権110番	（ナビダイヤル） 0570-003110	月～金（祝日、年末年始を除く） 8:30～17:15
交通事故	賠償責任、示談の仕方、自賠責の請求手続などの交通事故相談	秋田県生活センター https://www.pref.akita.lg.jp/pages/archive/71430	018-836-7804	月～木（祝日、年末年始を除く）※金曜日は受付のみ 9:00～17:00
	交通事故に関する相談	日弁連交通事故相談センター秋田県支部	予約受付（面接相談のみ） 018-896-5599	月～金（祝日を除く） 9:30～16:30
法律	各種法律問題全般（原則有料）	秋田弁護士会法律相談センター	予約受付（面接相談のみ） 018-896-5599	月～金（祝日を除く） 9:30～16:30
	無料法律相談	能代市社会福祉協議会	0185-89-6000 （予約受付）	月～金（祝日、年末年始を除く） 8:30～17:15
生活・福祉	生活・福祉に関する各種相談	能代市社会福祉協議会	0185-89-6000	月～金（祝日、年末年始を除く） 8:30～17:15
		能代市社会福祉協議会　二ツ井総合福祉センター	0185-73-3801	
		能代市社会福祉協議会（くらしサポート相談室）	0185-88-8186	
		能代市福祉課・生活困窮相談	0185-89-2154	月～金（祝日、年末年始を除く） 8:30～17:15
	ボランティアについての相談	能代市社会福祉協議会（能代市ボランティアセンター）	0185-89-6000	月～金（祝日、年末年始を除く） 8:30～17:15
	福祉サービスを利用する上での苦情・相談	秋田県福祉サービス相談支援センター	018-864-2726 ssc@akitakenshakyo.or.jp	月～金（祝日、年末年始を除く） 9:00～17:00
	暮らしなんでも相談	ライフサポートセンターあきた	0120-980-669	月～金（祝日を除く） 10:00～17:00
		能代市社会福祉協議会	0185-89-6000	月～金（祝日、年末年始を除く） 8:30～17:15
		能代市社会福祉協議会　二ツ井総合福祉センター	0185-73-3801	

お問い合わせ先：能代市健康づくり課　TEL 0185-58-2838　二ツ井地域局市民福祉課　TEL 0185-73-5500