

3

相談機関・窓口一覧

相談日や相談内容の詳細については、各相談機関にご確認ください。（平成22年3月5日時点）

分類	相談窓口	連絡先	相談機関	備考	
心の健康に関する相談	こころの健康づくり 電話相談	622-0556	札幌こころのセンター	中) 大通西 19 WEST19 4 階	
	精神保健福祉について	各区役所	各区 保健福祉課		
自死に関する相談	いのちの電話	北海道いのちの電話	231-4343	24 時間体制	
		北海道いのちの FAX 相談	FAX 219-3144	月～金曜 9 時～17 時 土曜日は 12 時まで 日、祝日、年末年始は休み	
		自殺予防 いのちの電話	0120-738-556	毎月 10 日 8 時～翌日 8 時 (24 時間・無料)	
	自死遺族のこと	自死遺族の相談	864-7000	北海道精神保健福祉センター	白) 本通 16 丁目北 6-34
		癒しの会	070-5602-0399	札幌医科大保健医療学部看護学科	中) 南 1 西 17
家庭生活に関する相談	家庭生活相談	211-2042	札幌市役所 市民の声を聞く課	市役所本庁舎 1 階 相談日 水曜 13 時～16 時 金曜 9 時～12 時	
		各区役所	各区 広聴係	実施日・時間は各区広聴係にお問い合わせください	
	北海道家庭生活総合 カウンセリングセンター	232-1956 251-5394 261-0811		中) 北 2 西 7 かでる 2・7 5 階 面談による相談は予約必要 ※251-6408 事務局へ	
	北海道高齢者総合相談・虐待 防止センター (予約制)	251-2525		中) 北 2 西 7 かでる 2・7 2 階	
	DV に関して	札幌市配偶者暴力相談 センター	728-1234 FAX 738-1231		月～金曜 8 時 45 分～20 時 土日祝 11 時～17 時
		DV (配偶者からの暴力)	各区役所	各区 健康・子ども課	東区・南区については 保健センター代表電話へ
	ひとり親家庭の相談	一般相談	631-3353	札幌市 母子寡婦福祉連合会	中) 大通西 19 社会福祉総合センター 1 階 母子寡婦福祉センター ※心療相談 女性臨床心理士 による相談 第 3 水曜 18 時～20 時 第 3 日曜 14 時～16 時
心療相談 (予約制)					
子どもに関する相談	子育て	各区役所	各区 健康・子ども課	東区、南区については 保健センター代表電話へ	
	札幌市子育て支援総合 センター	208-7961		中) 南 3 西 7	
	区保育・子育て支援センター	711-7807	東区保育・子育て支援 センター	東) 北 9 東 7	
		868-3160	白石区保育・子育て 支援センター	白) 本郷通 3	
		851-2510	豊平区保育・子育て 支援センター	豊) 月寒東 1-4	
		883-3044	清田区保育・子育て 支援センター	清) 真栄 2-1 (札幌市立認定 子ども園にじいる内)	
		613-7882	西区保育・子育て支援 センター	西) 二十四軒 3-5	
	681-3162	手稲区保育・子育て 支援センター	手) 手稲本町 3-2		
札幌市教育センター 教育相談室・幼児教育センター	671-3210		西) 宮の沢 1-1 ちえりあ 2 階		

分類	相談窓口	連絡先	相談機関	備考
子どもの関する相談 子どもの育成（非行、いじめ、性の悩み、不登校など） 児童の保護・養育に関する相談	子どもの権利救済機関 子どもアシストセンター	211-3783		中) 南1 東1 大通バスセンタービル1号館 6階
		(子ども専用) 0120-66-3783		
		メール相談 [assist@city.sapporo.jp]		
	いじめ電話相談	211-3863	札幌市教育委員会 少年相談室	中) 北2 西2 STV北2条ビル3階
		0120-127-830		
	家庭児童相談員	各区役所	各区 健康・子ども課	東区、南区については 保健センター代表電話へ
	札幌市教育センター 教育相談室・幼児教育センター	671-3210		西) 宮の沢1-1 ちえりあ2階
	児童福祉総合センター 相談判定課	622-8630		中) 北7 西26 札幌市児童相談所
子どもの人権110番	0120-007-110	札幌法務局・札幌人権 擁護委員連合会	北) 北8 西2 札幌第1合同庁舎2階	
少年相談110番	0120-677-110	北海道警察本部少年 サポートセンター	電話による相談又は面接の受付 月～金曜 8時45分～17時30分	
	242-9000			
女性に関する相談	総合相談	728-1225	札幌市男女共同参画 センター	女性対象 北) 北8 西3 札幌エルプラザ公共施設1階
	法律相談(予約制)	728-1255		
	仕事の悩み相談	728-1227		
	女性のための各種相談	各区役所	各区 健康・子ども課	東区・南区については 保健センター代表電話へ
		666-9955	北海道立女性相談 援助センター	女性からの電話・来所による 相談 月～金曜 9時～17時
女性の人権ホットライン	0570-070-810	札幌法務局・札幌人権 擁護委員連合会	北) 北8 西2 札幌第1合同庁舎2階	
若者に関する相談	ボランティア	631-7647	札幌市若者支援総合 センター及び各若者 活動センター	中) 北8 西24
	引きこもり、ニートなど困難を 有する若者の自立について	メール相談 [center@sapporo-youth.jp]		
福祉に関する相談	生活保護	各区役所	各区 保護課	市役所本庁舎3階
		211-2992	保健福祉局 保護指導課	
	生活福祉資金	各区役所 (各区社会福祉協議会)	各区社会福祉協議会	白石区以外
		861-3700	白石区社会福祉協議会	白) 本郷通3北 水道局白石料金センター1階
		614-3345	札幌市社会福祉協議会	中) 大通西19 札幌市社会福祉総合センター
	戦傷病者・戦没者遺族の援護	各区役所	各区 保健福祉課	市役所本庁舎3階
		211-2932	保健福祉局 総務課	
福祉サービスに関する苦情	632-0550	高齢者・障がい者生活 あんしん支援センター	中) 大通西19 札幌市社会福祉総合センター 2階	

分類	相談窓口	連絡先	相談機関	備考
福祉に関する相談	国民健康保険、後期高齢者医療制度、国民年金	各区役所	各区 保険年金課	
		211-2952	保健福祉局 保険年金課	市役所本庁舎 4 階
	要介護認定申請、サービス利用 介護保険被保険者証、介護保険料	各区役所	各区 保健福祉課	
			各区 保険年金課	
	地域密着型サービス、介護保険の施設	211-2972	保健福祉局 介護保険課	市役所本庁舎 3 階
	介護保険に関する相談	211-2547		
介護保険のこと	高齢者・障がい者あんしん支援センター	632-0550		中) 大通西 19 札幌市社会福祉総合センター 2 階
障がい者に関する相談	障がい者福祉	各区役所	各区 保健福祉課	
		211-2936 FAX 218-5181	保健福祉局 障がい福祉課	市役所本庁舎 3 階
		633-1313 FAX 633-3887	高齢者・障がい者生活 あんしん支援センター	中) 大通西 19 札幌市社会福祉総合センター 2 階
	精神保健福祉	各区役所	各区 保健福祉課	
		622-0556	札幌こころのセンター	中) 大通西 19 WEST19 4 階
高齢者に関する相談	高齢者虐待	札幌市高齢者虐待電話相談	614-2002 FAX 613-5486	札幌市社会福祉協議会 電話による相談
		高齢者福祉	各区役所	各区 保健福祉課
			211-2976	保健福祉局 高齢福祉課
	介護サービスへの苦情	251-2525	北海道高齢者総合相談・虐待防止センター	予約制 中) 北 2 西 7 かでの 2・7 2 階
		231-5175	北海道国民健康保険 団体連合会 (介護保険 課企画・苦情係)	中) 南 2 西 14 国保会館 6 階
難病・障がい相談	北海道難病連相談室	512-3233		中) 南 4 西 10 北海道難病センター1 階
健康づくりや疾病予防に関する相談		各区 保健センター	各区 保健センター	
医療に関する問い合わせや相談	医療安全相談窓口	622-5159 FAX 622-5168	保健所 医療政策課	中) 大通西 19 WEST19 3 階
犯罪被害に関する相談	犯罪被害者相談	性犯罪被害相談	0120-756-310	北海道警察本部 捜査第一課 中) 北 2 西 7 道警本部庁舎
		北海道被害者相談室	232-8740 FAX 211-8151	電話による相談 月～金曜 10 時～16 時
		札幌弁護士会犯罪被害者 弁護ライン	251-7822	メール相談 [http://www.counseling.or.jp]
				相談電話 水曜 17 時～19 時

分類	相談窓口	連絡先	相談機関	備考	
仕事・勤労者に関する相談	就職相談	札幌市就業サポートセンター	738-3161		北) 北 24 西 5 札幌サンプラザ 1 階 月～金曜 8 時 45 分～17 時
		札幌公共職業安定所	562-0101		中) 南 10 西 14
		札幌東公共職業安定所	853-0101		豊) 月寒東 1 条 3 丁目
		札幌北公共職業安定所	743-8609		東) 北 16 東 4
		ハローワークプラザ札幌	242-8689		中) 北 4 西 5 三井生命札幌共同ビル 5 階
		ヤングハローワーク札幌 (札幌学生職業センター)	233-0202		新規学校卒業者・若年者対象 中) 北 4 西 5 三井生命札幌共同ビル 7 階
		マザーズハローワーク札幌	233-0301		子育て中の方が対象 中) 北 4 西 5 三井生命札幌共同ビル 5 階
		キャリアアップハローワーク	233-2901		就職応援セミナー、 応募書類・面接対策支援など 中) 北 4 西 5 三井生命札幌共同ビル 9 階
		札幌人材銀行	233-0101		管理、技術・専門職の就職相談 (40 歳以上の方のみ) 中) 北 4 西 5 三井生命札幌共同ビル 2 階
		札幌市母子家庭等就業支援 センター	631-4257 FAX 632-7131 または 643-5904	札幌市 母子寡婦福祉連合会	母子家庭・寡婦の方が対象 中) 大通西 19 札幌市社会福祉総合センター 1 階
		地域職業相談室 (ジョブガイド清田・西)	清田：889-2400	経済局雇用推進課	清田区役所 8 時 45 分～12 時、13 時～17 時
			西：623-2787		西) 琴似 1 条 6 丁目 札幌琴 似第一ビル 2 階(西区役所向) 8 時 45 分～17 時
		求職者支援センター	厚別：895-2400		厚別区役所 月～金曜 8 時 45 分～12 時 13 時～17 時
			手稲：681-2400		手稲区役所 月～金曜 8 時 45 分～12 時 13 時～17 時
		職業相談コーナー	白石：861-2400		白石区役所 実施日等については雇用 推進課(電話 211-2278)へ お問い合わせください
	豊平：822-2400		豊平区役所 実施日等については雇用 推進課(電話 211-2278)へ お問い合わせください		
南：582-2400	南区役所 実施日等については雇用 推進課(電話 211-2278)へ お問い合わせください				
仕事の悩み	仕事の悩み相談室	709-8742	経済局雇用推進課		北) 北 24 西 5 札幌サンプラザ 1 階 月・火・木曜 13 時～17 時

分類		相談窓口	連絡先	相談機関	備考	
仕事・勤労者に関する相談	労働相談	セクハラ、育児休業、パート関係等	709-2311	北海道労働局 総務部企画室	北) 北8西2 札幌第1合同庁舎9階	
		札幌総合労働相談コーナー	223-8712		中) 北3西3 NORTH3・3ビル4階	
		札幌中央労働基準監督署	737-1190		北) 北8条西2 札幌第1合同庁舎7階	
		札幌東労働基準監督署	894-1120		厚) 厚別中央2-1	
		労働相談ホットライン	0120-81-6105		月～金曜 9時～20時	
経済・多重債務に関する相談	多重債務相談	多重債務相談	211-2042	札幌市役所 市民の声を聞く課	市役所本庁舎1階 火曜 10時～12時 13時～16時30分	
			807-5144 807-5145	北海道財務局 多重債務者相談窓口	北) 北8西2 札幌第1合同庁舎11階 (来訪相談は事前に電話予約が必要)	
		貸金業苦情相談専用フリーダイヤル	0120-1-78372	北海道庁	月・金曜 10時～16時 (昼12時～13時除く)	
		多重債務解決センター (予約制)	251-7730	札幌弁護士会	中) 北1西10 札幌弁護士会館2階	
			896-8373		厚) 厚別中央2-5 サンピアザ3階	
			758-8373		北) 北40西4 麻生メディカルビル2階	
クレジット・サラ金相談案内 ダイヤル(24時間テープ)	242-7725		相談方法の電話案内			
札幌司法書士会 法律相談センター(予約制)	272-9035	札幌司法書士会	中) 大通西13丁目 中菱ビル3階			
消費生活に関する相談	消費生活相談室	消費生活相談室	728-2121	札幌市 消費者センター	北) 北8西3 札幌エルプラザ2階 月～金曜 窓口: 9時～16時30分 電話: 9時～19時	
			北海道経済産業局 消費者相談室	709-1785		北) 北8西2 札幌第1合同庁舎5階 (経済産業省所管の法律の 解釈及びアドバイス) ※電話での相談 月～金曜 10時～12時 13時～16時15分
			北海道立消費生活センター	050-7505-0999		中) 北3西7 道庁別館西棟2階 月～金曜 9時～16時30分
中小企業の経営、融資に関する相談	中小企業の経営、融資の相談	中小企業の経営、融資の相談	211-2356	経済局金融担当課	中) 北1西2 経済センタービル2階	
			200-5511	札幌中小企業支援センター		
	中小企業経営相談室	820-3534		白) 東札幌5-1 札幌市産業振興センター1階		
法律・人権に関すること	法律相談	法律相談(予約制・面談のみ)	予約専用電話 218-5100	札幌市役所 市民の声を聞く課	市役所本庁舎1階 月～金曜 午後のみ (午前9時から予約開始) 相談日当日に専用電話での 予約受付(定員16人)	
			各区役所	各区 広聴係	実施日・時間は各区広聴係に お問い合わせください	

分類	相談窓口	連絡先	相談機関	備考	
法律・人権に関すること	法律相談	法テラス札幌（予約制）	050-3383-5556		中）南1西11 コンチネンタルビル8階 日本司法支援センター札幌 地方事務所 ※資力要件等の審査があります
		法律相談センター（予約制）	① 251-7730	札幌弁護士会	中）北1西10 札幌弁護士会館2階
		特定分野取扱弁護士紹介制度			
		高齢者・障害者支援センター（予約制）	242-4165		
		新さっぽろ法律相談センター（予約制）	② 896-8373		厚）厚別中央2-5 サンピアザ3階
		麻生法律相談センター（予約制）	③ 758-8373		北）北40西4 麻生メディカルビル2階
		ハロー弁護士相談（5分間の電話相談）	281-8686		相談時間 月～金曜 13時～16時
		離婚相続相談センター（予約制）	上記①、②、③へ		上記①、②、③へ 相談時間 月～金曜 13時～16時
		札幌市母子寡婦福祉連合会（予約制）	631-3353		母子家庭、寡婦対象 中）大通西19 社会福祉総合センター1階 母子寡婦福祉センター
		北海道立女性プラザ（予約制）	251-6349		女性対象 中）北2西7かでのる2・7 6階
	北海道高齢者総合相談・虐待防止センター（予約制）	251-2525	中）北2西7かでのる2・7 6階		
	札幌司法書士会 法律相談センター（予約制）	272-9035	札幌司法書士会	中）大通西13 中菱ビル3階	
	人権相談	人権相談	211-2042	札幌市役所 市民の声を聞く課	市役所本庁舎1階 相談日 金曜 13時～16時
みんなの人権110番		0570-003-110	札幌法務局・札幌人権擁護委員連合会	北）北8西2 札幌第1合同 庁舎2階 相談日 月～金曜 8時45分～17時15分	
子どもの権利110番		281-5110	札幌弁護士会	相談時間 木曜 16時～18時	
その他	市政相談	211-2042	札幌市役所 市民の声を聞く課	市役所本庁舎1階 相談時間 月～金曜 8時45分～17時15分	