

◆女性・子どもの人権、困りごと、悩みごと等に関すること

相 談 事 項			相 談 時 間 等	連 絡 先		
女性のための相談			女性相談員による相談 (面談・電話相談)	月～金8:30～17:15	23-4811(内線1259)	社会福祉課
			カウンセリング(要予約)	毎月第3火曜13:00～15:50	23-4811(内線1363)	地域創生推進課
女性 相 談 た め の	一般相談	電話相談	火～土 9:00～12:00	22-8822(相談専用電話・ 予約電話)	県男女共同参画センター “あいとびあ” (配偶者暴力相談支援センター) ＜諏訪湖ハイツ隣＞	
		面談(要予約)	13:00～16:30			
	専門相談	法律相談(要予約)	第1木曜13:00～16:00			
		カウンセリング(要予約)	第2土曜・第4金曜10:00～15:00			
男性のための相談(電話相談)			金曜17:00～19:00	22-7111		
性暴力被害相談			毎日24時間対応	#8891(全国共通短縮ダイヤル) 026-235-7123	長野県性暴力被害者支援センター “りんどうハートながの”	
児童虐待・DV24時間ホットライン			毎日24時間対応	026-219-2413	長野県県民文化部こども・家庭課	
家庭児童相談			月～金9:00～17:00	23-4811(内線1226) ★虐待通報電話 23-4767(24時間対応)	子ども課 こども家庭センター まゆっこベースおかや	

◆健康、育児・介護、福祉、心身の悩み、教育等に関すること

一般健康相談 栄養相談・歯科相談	電話相談	月～金8:30～17:15	23-6141(直通)	健康推進課
	面談(要予約)			
育児相談	電話相談	月～金8:30～17:15		
	面談	月2回9:30～11:00		
女性のための健康相談(要予約)		月～金8:30～17:15		
高齢者総合相談・権利擁護(権利侵害や虐待)		月～金8:30～17:15	23-2336(直通)	地域包括支援センター (介護福祉課)
高齢者のための司法書士による無料法律相談(要予約)		第3水曜13:00～16:00	23-4811(内線1282)	
ひとり親家庭等相談		月～金8:30～17:15	23-4811(内線1263)	社会福祉課 生活就労支援センター (まいさば岡谷市)
生活福祉相談(心配ごと相談)		月～金8:30～17:15	23-4811(内線1254)	
無料法律相談(要予約)		第3火曜13:00～17:00	23-4811(内線1254)	
ひきこもり相談		月～金8:30～17:15	23-4811(内線1254)	
生活困窮者相談		月～金8:30～17:15 (土日祝9:00～15:00)	23-4811(内線1254) 休日専用ダイヤル 090-1502-0294	
消費生活相談(消費生活センター)		月～金8:30～17:15	23-4811(内線1228)	
障がい者福祉相談		月～金8:30～17:15	23-4811(内線1255～1257)	社会福祉課
		月～土9:00～17:30 (第3月曜日は除く)	54-7713、54-7363	諏訪圏域障がい者 総合支援センター オアシス
	就労相談	月～金9:00～17:00	54-7013	諏訪圏域障がい者就業・生活 支援センター すわーくらいふ
子ども教育相談センター 教育相談(学校生活・入学進学・長期欠席・養育の悩み)		月～金8:30～17:00	23-4811(内線1217・1232)	教育総務課
		月～金8:30～16:30	24-2206	子ども教育相談センター分室 ＜諏訪湖ハイツ内＞

◆労働・就職に関すること

中小企業経営技術相談		月～金8:30～17:15	21-7000	テクノプラザおかや (工業振興課)
ミニジョブカフェ(要予約・40歳前半まで) 就職に対する疑問や悩みについての相談		毎月第2水曜日 13:00～16:00 (上記の他、相談者の要望に応じて日程 調整により適宜実施)		
労働基準法、労災保険等に関する相談		月～金8:30～17:15	22-3454	岡谷労働基準監督署
労働問題全般に関する相談		月～金8:30～17:15	0265-76-6833	県南信労政事務所 (伊那合同庁舎内)
巡回労働相談(要予約) 南信労政事務所の労働相談員が岡谷市に巡回し労働問題全般の相談に応じる		テクノプラザにお問合せください	0265-76-6833	県南信労政事務所 (伊那合同庁舎内)
			21-7000	テクノプラザおかや (工業振興課)

◆社会福祉協議会の相談

福祉総合相談(心配ごと相談)		月～金8:30～17:15	24-2121	社会福祉協議会 (諏訪湖ハイツ内)
成年後見制度に関する相談		月～金8:30～17:15	24-2121	岡谷市成年後見支援センター (社会福祉協議会内)