



主な相談窓口一覧

まぐみみ島根



総務省行政相談センター

令和8年4月1日

島根行政監視行政相談センター

【相談窓口一覧について】

- この相談窓口一覧は、当センターに寄せられる行政相談に対して、少しでも早く関係機関をご案内できるようにとといった目的から、令和8年4月1日時点で**各機関のホームページ等を参照して**様々な機関が設ける相談窓口の連絡先を整理したものです。

ご覧いただいた時点で内容が最新ではない場合がありますので、ご利用にあたっては、ご注意ください。

- 各窓口の名称や受付日時、受付方法などは、事前の予告なく変更される場合があります。

※ 訪問する際は、先に電話で確認することをおすすめします。

- 料金についての注書きがあるものを除き、全ての窓口が無料(注)で利用できます。また、相談者の秘密は厳守されます。

(注)電話による相談における通話料金は、フリーダイヤルの場合を除き、発信者負担となります。

- 「0570」で始まる電話番号はナビダイヤルです。
フリーダイヤル「0120」と異なり、通話料金が発信者負担になります。



子育てやマイナンバー、医療保険などのさまざまな制度、給付金などに関するよくある質問にお答えします。
ぜひご利用ください。

国・地方共通相談チャットボット (Govbot)

▶ URL はこちら↓
<https://www.govbot.go.jp>

▶ スマートフォン等からご利用の方向けには、こちらも
ご活用ください。



目次

【総合的な相談窓口】

◎国の行政全般に関する相談	1
◎島根県の行政全般に関する相談	1
◎市町村の所在地、電話番号一覧	2

【分野別相談窓口】

◎消費生活に関する相談	
◆訪問販売、架空請求など消費者トラブルに関する相談	3
◆多重債務・消費者金融、金融に関する相談	4
◎税金に関する相談	
◆国税に関する相談	4
◆県税に関する相談	5
◎登記に関する相談	6
◎人権に関する相談	6
◎年金・社会保険に関する相談	
◆年金に関する相談	7
◆公的医療保険に関する相談	7
◎郵便・ゆうちょ・かんぽに関する相談	7
◎雇用・労働に関する相談	
◆雇用に関する相談	8
◆高齢者・障害者の雇用に関する相談	8
◆労働に関する相談（労働条件、賃金未払、ハラスメント等）	9
◎食の安全・安心に関する相談	10
◎石綿（アスベスト）に関する相談	
◆石綿に関する総合相談窓口	11
◆石綿による労働災害に関する相談	11
◆石綿による健康被害に関する相談	11
◆石綿による健康被害の救済に関する法律に基づく救済給付 （労災補償等の対象外）の申請等受付窓口	12
◎海外渡航（パスポート）の申請に関する相談	13
◎環境保全、公害、廃棄物等に関する相談	14
◎医療安全等に関する相談	
◆医療安全相談	15
◆精神科救急情報センター	16
◆保健所の相談対応	16

◎福祉に関する相談	
◆福祉事務所等	17
◆福祉に関する苦情相談	17
◆介護保険に関する問い合わせ、相談	18
◆地域包括支援センターの一覧	19
◆障害者に関する相談	21
◆ひとり親家庭の相談	21
◎子どもに関する相談	
◆児童虐待、いじめ、不登校など子どもに関する相談	22
◆市町村の児童家庭相談室	22
◆子育て・教育に関する相談	23
◆若者の相談（ひきこもり、就労、いじめなど）	24
◆子ども専用電話（18歳以下の子どものみ）	24
◎女性に関する相談	
◆女性の悩みごとに関する相談（島根県）	25
◆女性相談（松江市・出雲市・雲南市）	25
◆性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター	25
◎生きづらさを感じたときの相談窓口	26
◎農林水産業に関する相談	
◆新規就農等に関する相談	27
◎国道・河川等に関する相談	
◆道路	28
◆河川・港湾	29
◎住宅等に関する相談	
◆住まいるダイヤル	29
◆宅地建物の取引、マンション管理に関する相談	29
◆建設工事の請負契約をめぐる紛争に関する相談	30
◎警察の相談窓口等	
◆警察の相談窓口	30
◆交通事故に関する相談	31
◆犯罪被害者等の相談	32
◎外国人住民の相談窓口	
◆生活相談	33
◆行政手続（行政書士相談）	33
◆入国・在留の手続	33
◆法的なトラブル	34
◆人生のいろいろな悩み	34
◆医療関係の相談	34
◆労働に関するトラブル	35
◆外国人技能実習	36
◆防犯・犯罪被害	36
◆外国人相談窓口（松江市・出雲市）	36

◎通信に関する相談	
◆NHKや番組についての意見・問い合わせ	36
◆電気通信サービスに関する相談	37
◆電波に関する困りごと相談	37
◆一般的な情報セキュリティ（主にウイルスや不正アクセス）に関する 技術的な相談	37
◆インターネット上での違法・有害情報に関する相談	37
◆インターネット上の違法情報や自殺誘引等情報、重要犯罪密接関連情報の通報	38
◎気象に関する相談	38

【法律相談等の窓口】

◎法律相談	
◆法テラス島根（民事法律扶助相談援助）	39
◆市町村等が実施する法律相談	39
◆県弁護士会法律相談センター	39
◆多重債務相談	40
◆中小企業法律支援センター	40
◆司法書士総合相談センター	40
◆司法書士派遣 無料相談所	41
◆司法書士リーガルエイドしまね	41
◆土地の境界問題に関する相談・調停	41
◆成年後見制度に関する相談	41
◎情報公開請求・個人情報開示請求窓口	
◆国の機関の情報公開・個人情報開示請求窓口	42
◆県の情報公開・個人情報開示請求窓口	42

【その他機関の連絡先】

◎国のブロック機関	43
◎国立大学法人	43
◎裁判所	43

【総合的な相談窓口】

◎ 国の行政全般に関する相談

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
国	島根行政監視行政相談センター 平日 9:00~16:45	0852-21-3680	松江市向島町134番地10 松江地方合同庁舎2階
	行政苦情110番 平日 9:00~16:45 夜間・閉庁時は留守電対応	0570-090-110 または 0852-24-1100	
	情報公開・行政手続制度案内所 平日 9:00~16:45	0852-21-3680	
	政策評価情報所在案内窓口 平日 9:00~16:45	0852-21-3680	

◎ 島根県の行政全般に関する相談

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
県	島根県本庁	(代表) 0852-22-5111	松江市殿町1
	広聴広報課県民対話室	0852-22-5770	

◎ 市町村の所在地、電話番号一覧

	市町村名	所在地	代表電話番号	備考
市 町 村	松江市	松江市末次町 86	0852-55-5555	市民生活相談課 市民活動推進係 55-5169
	浜田市	浜田市殿町 1	0855-22-2612	
	出雲市	出雲市今市町 70	0853-21-2211	広報課 21-8578
	益田市	益田市常盤町 1-1	0856-31-0100	
	大田市	大田市大田町大田口 1111	0854-82-1600	総務課
	安来市	安来市安来町 878-2	0854-23-3000	消費生活センター 23-3068
	江津市	江津市江津町 1016-4	0855-52-2501	総務課
	雲南市	雲南市木次町里方 521-1	0854-40-1000	
	奥出雲町	奥出雲町三成 358-1	0854-54-1221	仁多庁舎
	飯南町	飯南町下赤名 880	0854-76-2211	
	川本町	川本町大字川本 271-3	0855-72-0631	
	美郷町	美郷町粕淵 168	0855-75-1211	
	邑南町	邑南町矢上 6000	0855-95-1111	
	津和野町	津和野町枕瀬 218-18	0856-74-0021	
	吉賀町	吉賀町六日市 750	0856-77-1111	
	海士町	海士町大字海士 1490	08514-2-0111	総務課
西ノ島町	西ノ島町大字美田 600-4	08514-6-0101		
知夫村	知夫村 1065	08514-8-2211		
隠岐の島町	隠岐の島町下西 78-2	08512-2-2111		

【分野別相談窓口】

◎ 消費生活に関する相談

◆ 訪問販売、架空請求など消費者トラブルに関する相談

※原則、土・日・祝日・年末年始を除く

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
	消費者ホットライン	1 8 8 (市町村又は県の相談窓口へ接続)	
県	県消費者センター (松江) 相談時間 8:30~17:00 ※日曜日~金曜日まで受付 (日曜日は12:00~13:00 除く) 日曜は電話相談のみ 土曜日、祝日、年末年始は除く	0 8 5 2 - 3 2 - 5 9 1 6 (来所相談は、事前予約)	松江市殿町8-3 島根県市町村振興センター (タウンプラザしまね) 5階
	県消費者センター 石見地区相談室 (益田) 相談時間 8:30~17:00 ※月曜日~金曜日まで受付 (12:00~13:00 除く) 土曜、日曜、祝日、年末年始は除く	0 8 5 6 - 2 3 - 3 6 5 7 (来所相談は、事前予約)	益田市昭和町13-1 島根県益田合同庁舎2階
市	松江市 市民生活相談課 消費・生活相談室 9:00~16:00	0 8 5 2 - 5 5 - 5 1 4 8	松江市末次町 86 市役所 西エリア1階
	浜田市 消費生活相談室 10:00~15:00	0 8 5 5 - 2 3 - 3 1 6 0	浜田市殿町 1 市役所 本庁舎2階
	出雲市 総務課生活・消費相談 センター 8:30~17:15	0 8 5 3 - 2 1 - 6 6 8 2	出雲市今市町 70 市役所 2階
	益田市 消費生活センター 8:30~17:15	0 8 5 6 - 2 2 - 2 5 5 6	益田市須子町 3-1 益田市人権センター内
	大田市 消費生活センター 8:30~17:15	0 8 5 4 - 8 3 - 8 0 3 9	大田市大田町大田口 1111 市役所3階 人権推進課内
	安来市 消費生活センター 9:00~16:00	0 8 5 4 - 2 3 - 3 0 6 8	安来市安来町 878-2 市役所 人権施策推進課内
	江津市 消費生活センター 9:00~16:00	0 8 5 5 - 5 2 - 7 0 1 4	江津市江津町 1016-4 市役所3階 市民相談室
	雲南市 消費生活センター 8:30~17:15	0 8 5 4 - 4 0 - 1 1 2 3	雲南市木次町里方 521-1 市役所1階 市民環境部内
町 村	奥出雲町 町民課 8:30~17:00	0 8 5 4 - 5 4 - 2 5 1 0	奥出雲町三成 358-1 奥出雲町仁多庁舎
	飯南町 住民課 8:30~17:15	0 8 5 4 - 7 6 - 2 3 9 3	飯南町下赤名 880 飯南町役場
	川本町 町民生活課 8:30~17:00	0 8 5 5 - 7 2 - 0 6 3 2	川本町大字川本 271-3 川本町役場
	美郷町 住民課 8:30~17:15	0 8 5 5 - 7 5 - 1 2 1 3	美郷町粕淵 168 美郷町役場
	邑南町 町民課 8:30~17:00	0 8 5 5 - 9 5 - 1 1 1 4	邑南町矢上 6000 邑南町役場
	津和野町 税務住民課 8:30~17:15	0 8 5 6 - 7 4 - 0 0 5 9	津和野町枕瀬 218-18 津和野町役場

吉賀町 税務住民課 8:30~17:15	0856-77-1113	吉賀町六日市 750 吉賀町役場
海士町 総務課 8:30~17:15	08514-2-0113	海士町大字海士 1490 海士町役場
西ノ島町 総務課 8:30~17:00	08514-6-0101	西ノ島町大字美田 600-4 西ノ島町役場
知夫村 総務課 8:30~17:15	08514-8-2211	知夫村 1065 知夫村役場
隠岐の島町 地域振興課 8:30~17:00	08512-2-8570	隠岐の島町下西 78-2 隠岐の島町役場

◆ 多重債務・消費者金融、金融に関する相談

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
国	中国財務局 多重債務相談 月~金 9:00~17:00	082-221-9206	広島市中区上八丁堀6-30 広島合同庁舎4号館
そ の 他	島根県弁護士会多重債務無料相談 毎週木曜日 15:00~17:00	0852-21-3450	松江市母衣町55-4 島根県弁護士会(予約受付)
	島根県銀行協会	0852-26-7133	松江市魚町10 山陰合同銀行5階
	日本貸金業協会島根県支部 平日 9:00~16:00	0852-24-2229 0570-051-051	松江市大正町414 スズキビル2階
	しんきん相談所 ((社)中国地区信用金庫協会)	082-243-4857	広島市中区小町1-25 ビル博丈平和大通り3階
	J Aバンク相談所 平日 9:00~17:00	03-6837-1359	千代田区内神田1-1-12 コープビル内
	生命保険相談所 ((社)生命保険協会島根県協会) 平日 9:00~16:00	0852-24-7229	松江市御手船場町553-6 松江駅前エストビル6階
	中国ブロック信用組合協議会	082-247-7363	広島市中区宝町9-11 (信用組合会館内)

◎ 税金に関する相談

相談受付時間(平日10:00~16:00)

名 称	電 話 番 号	所 在 地
中国税理士会 税金相談センター 月~金 10:00~16:00	0120-927-370	広島市中区袋町4-15

◆ 国税に関する相談

- 所得税、法人税、相続税・贈与税、登録免許税、印紙税、消費税、酒税等

開設日時: 平日 8:30~17:00

名 称	電 話 番 号	所 在 地
国税相談専用ダイヤル(国税に関する一般的なご相談)	0570-00-5901	

国	松江税務署 (松江市・安来市)	0852-21-7711 (自動音声でご案内)	松江市向島町134-10 松江地方合同庁舎3階
	大東税務署 (雲南市・仁多郡・飯石郡)	0854-43-2360 (自動音声でご案内)	雲南市大東町飯田86-7
	出雲税務署 (出雲市)	0853-21-0440 (自動音声でご案内)	出雲市塩冶善行町13-3 出雲地方合同庁舎
	石見大田税務署 (大田市)	0854-82-0980 (自動音声でご案内)	大田市大田町大田イ289-2
	浜田税務署 (浜田市・江津市・邑智郡)	0855-22-0360 (自動音声でご案内)	浜田市殿町1177
	益田税務署 (益田市・鹿足郡)	0856-22-0444 (自動音声でご案内)	益田市元町12-11
	西郷税務署 (隠岐郡)	08512-2-0350 (自動音声でご案内)	隠岐の島町城北町55 隠岐の島地方合同庁舎

※ 関税については、神戸税関境税関支署又は浜田税関支署にお問い合わせください。

名 称	電 話 番 号	管 轄
境税関支署	0859-42-2228	松江市、出雲市、安来市、雲南市、 仁多郡、飯石郡、隠岐郡
西郷監視署	08512-3-0210	隠岐郡
浜田税関支署	0855-27-0366	浜田市、益田市、大田市、江津市、 邑智郡、鹿足郡

◆ 県税に関する相談

- 自動車税 (種別割、環境性能割)、事業税 (個人、法人)、県民税 (個人、法人)、
不動産取得税、狩猟税、産業廃棄物減量税等

開設日時：平日 8:30~17:00

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
県	東部県民センター 収納管理課	0852-32-5629	松江市東津田町1741-1 松江合同庁舎2階
	雲南事務所 納税課	0854-42-9520	雲南市木次町里方531-1 雲南合同庁舎1階
	出雲事務所 納税課	0853-30-5531	出雲市大津町1139 出雲合同庁舎2階
	隠岐支庁県民局税務課	08512-2-9615	隠岐の島町港町塩口24 隠岐合同庁舎3階
	西部県民センター 収納管理課	0855-29-5522	浜田市片庭町254 浜田合同庁舎1階
	県央事務所 納税課	0854-84-9576	大田市大田町大田イ236-4 島根県立男女共同参画センター あすてらす2階
	川本駐在	0855-72-9516	川本町大字川本265-3 川本合同庁舎4階
益田事務所 納税課	0856-31-9516	益田市昭和町13-1 益田合同庁舎2階	

◆ 市町村税に関する相談

○住民税、固定資産税、軽自動車税、入湯税等

※ 各市町村の税務担当課にお問い合わせください。

◎ 登記に関する相談（登記手続案内）

（完全予約制20分以内）

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
国	松江地方法務局（登記部門） 月～金	0852-32-4223	松江市母衣町50
	出雲支局 月～金	0853-21-0721	出雲市塩冶善行町13-3 出雲地方合同庁舎
	浜田支局 月・火・水	0855-22-0959	浜田市田町116-1 浜田法務合同庁舎
	益田支局 月・水・金	0856-22-0429	益田市あけぼの東町4-6 益田法地方合同庁舎
	西郷支局 火・木	08512-2-0240	隠岐の島町城北町55 隠岐の島地方合同庁舎

◆ 司法書士の相談窓口は、36ページ参照

◎ 人権に関する相談

いじめ、体罰、暴行、虐待、セクハラ、パワハラ、差別、名誉毀損、プライバシー侵害などに関する相談

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
国	松江地方法務局 平日 8:30～17:15	0852-32-4260	松江市母衣町50
	人権擁護課		
	みんなの人権110番 平日 8:30～17:15		
	子どもの人権110番 平日 8:30～17:15		
	女性の人権ホットライン 平日 8:30～17:15		
	出雲支局	0853-20-7732	出雲市塩冶善行町13-3 出雲地方合同庁舎
	浜田支局	0855-22-0959	浜田市田町116-1 浜田法務合同庁舎
	益田支局	0856-22-0429	益田市あけぼの東町4-6 益田地方合同庁舎
	西郷支局	08512-2-0240	隠岐の島町城北町55 隠岐の島地方合同庁舎
県	県環境生活部人権同和対策課 平日 8:30～17:15 (人権啓発推進センター)	0852-22-7701	松江市殿町128 県庁東庁舎1階
	(西部人権啓発推進センター)	0855-29-5530	浜田市片庭町254

◎ 年金・社会保険に関する相談

◆ 年金に関する相談

名 称		電 話 番 号	所 在 地
特 殊 法 人	日本年金機構 【ねんきんダイヤル】 年金相談に関する一般的な問い合わせ	0570-05-1165	
	【予約受付専用電話】 年金給付に関する来訪相談の予約	0570-05-4890	
	【ねんきん定期便、ねんきんネット 専用番号】 ねんきん定期便・ねんきんネットに関する 問い合わせ	0570-058-555	
	【ねんきん加入者ダイヤル】 年金の加入に関する一般的な問い合わせ	0570-003-004	
	松江年金事務所	0852-23-9540 (FAX) 0852-25-0842	松江市東朝日町107
	出雲年金事務所	0853-24-0045 (FAX) 0853-23-2442	出雲市塩冶町1516-2
	浜田年金事務所	0855-22-0670 (FAX) 0855-23-0442	浜田市原井町908-26

◆ 公的医療保険に関する相談

名 称	電 話 番 号	所 在 地
全国健康保険協会島根支部 (協会けんぽ島根支部)	(代表) 0852-59-5139	松江市殿町383 山陰中央ビル2階

※ 国民健康保険（市町村国保）、後期高齢者医療保険は市町村の国保担当課に、健康保険組合の保険は各組合にお問い合わせください。

また、船員保険は全国健康保険協会船員保険部にお問い合わせください。

(電話：03-6862-3060)

◎ 郵便・ゆうちょ・かんぽに関する相談

名 称		電 話 番 号
特 殊 法 人	日本郵政お客様サービス相談センター	0120-23-28-86 <small>ふみにはハロー</small> (携帯電話からは、0570-046-666)
	ゆうちょコールセンター (郵便貯金)	0120-108-420
	かんぽコールセンター (簡易生命保険)	0120-552-950 <small>ここにきこう</small> ご高齢のお客様専用コールセンター 0120-744-552

◎ 雇用・労働に関する相談

◆ 雇用に関する相談

受付時間は、原則平日 8:30~17:15

		名 称	電 話 番 号	所 在 地
国	公共職業安定所（ハローワーク）	松江公共職業安定所	0852-22-8609	松江市向島町134-10 松江地方合同庁舎2階
		安来出張所	0854-22-2545	安来市安来町903-1
		隠岐の島出張所	08512-2-0161	隠岐の島町城北町55 隠岐の島地方合同庁舎1階
		浜田公共職業安定所	0855-22-8609	浜田市殿町21-6
		川本出張所	0855-72-0385	川本町川本301-2 川本地方合同庁舎1階
		出雲公共職業安定所	0853-21-8609	出雲市塩冶有原町1-59
		益田公共職業安定所	0856-22-8609	益田市あけぼの東町4-6 益田地方合同庁舎1階
		雲南公共職業安定所	0854-42-0751	雲南市木次町里方514-2
		石見大田公共職業安定所	0854-82-8609	大田市大田町大田口1182-1
	上記付属施設	駅前しごとプラザ松江（*）	0852-28-8700	松江市朝日町478-18 松江テルサ3階
		松江新卒応援ハローワーク（新ハロ）	0852-28-8609 （平日 10:00~18:30）	
		ハローワーク松江マザーズコーナー	0852-20-2949 （平日 10:00~18:30）	
		松江市福祉就労支援コーナー「ハローワークプラス」	0852-20-7557	松江市末次町86 松江市役所 本棟北エリア1階
		ハローワーク出雲マザーズコーナー	0853-24-8044 （平日 9:00~17:00）	出雲市今市町2065 パルメイト出雲2階
ワークステーション江津		0855-54-0952 （平日 9:00~17:00）	江津市江津町1518-1 江津ひと・まちプラザ（パレットごうつ）2階	

（*） 平日 10:00~18:30、第2・第4土曜日10:00~17:00
定休日 第1、3、5土曜日、日曜日、祝日、年末年始

◆ 高齢者・障害者の雇用に関する相談

		名 称	電 話 番 号	所 在 地
独 法	高齢・障害・求職者雇用支援機構 島根支部	0852-60-1677 （平日 8:45~17:00）	松江市東朝日町267 ポリテクセンター島根内	
	高齢・障害・求職者雇用支援機構 島根障害者職業センター	0852-21-0900 （相談は予約制） （平日 8:45~17:00）	松江市東朝日町267 ポリテクセンター島根内	
そ の 他	公益社団法人 県シルバー人材センター連合会	0852-28-1171 （平日 8:30~17:15）	島根県松江市殿町8-3 島根県市町村振興センター （タウンプラザしまね）2階	

社会福祉法人	障害者就業・生活支援センター		
	松江障害者就業・生活支援センター ぷらす	0852-60-1870	松江市寺町198-61 寺町プラザ2階
	雲南障がい者就業・生活支援センター アーチ	0854-42-8022	雲南市木次町下熊谷1259-1
	出雲障がい者就業・生活支援センター リーフ	0853-27-9001	出雲市今市町875-6 ユメッセしんまち1階
	大田障がい者就業・生活支援センター ジョブ亀の子	0854-84-0273	大田市長久町長久口267-6 社会福祉法人亀の子 遊亀館内
	浜田障害者就業・生活支援センター レント	0855-22-4141	浜田市新町53
	益田障がい者就業・生活支援センター エスポア	0856-23-7218	益田市あけぼの東町1-9
	隠岐障害者就業・生活支援センター 太陽	08512-2-5699	隠岐の島町岬町中の津四309-1

◆ 労働に関する相談（労働条件、賃金未払、ハラスメント等）

	名称	電話番号	所在地	
国	労働基準監督署	松江労働基準監督署	0852-31-1165 松江市向島町134-10 松江地方合同庁舎2階	
		隠岐の島駐在事務所	08512-2-0195 隠岐の島町城北町55 隠岐の島地方合同庁舎1階	
		出雲労働基準監督署	0853-21-1240 出雲市塩冶善行町13-3 出雲地方合同庁舎4階	
		浜田労働基準監督署	0855-22-1840 浜田市田町116-9	
		益田労働基準監督署	0856-22-2351 益田市あけぼの東町4-6 益田地方合同庁舎3階	
	総合労働相談コーナー	島根労働局総合労働相談コーナー	0852-20-7009 松江市向島町134-10 松江地方合同庁舎5階	
		松江総合労働相談コーナー	0852-40-2939 (松江労働基準監督署内)	
		出雲総合労働相談コーナー	0853-21-1240 (出雲労働基準監督署内)	
		浜田総合労働相談コーナー	0855-22-1840 (浜田労働基準監督署内)	
		益田総合労働相談コーナー	0856-22-2351 (益田労働基準監督署内)	
		労働条件相談ホットライン	0120-811-610 (厚生労働省委託事業)	
	県	県商工労働部 雇用政策課	労働相談専用ダイヤル 0852-22-6557 (原則毎週月・水・金曜日)	松江市殿町1 本庁舎2階
		県労働委員会	0852-22-5450	松江市殿町8 県庁南庁舎1階

◎ 食の安全・安心に関する相談

偽装表示等の不審な食品表示に関する情報、食品の表示制度に関する質問など

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
国	中国四国農政局 【食品表示110番】 消費・安全部 米穀流通・食品表示監視課 平日 8:30~17:15 (12:00~13:00を除く)	0120-558-110 メールフォームは常時受付	岡山市北区下石井1-4-1 岡山第2合同庁舎6階
独立行政法人	農林水産消費安全技術センター 【食品表示110番】 平日 9:00~17:00 (12:00~13:00を除く)	050-3481-6023	さいたま市中央区新都心2-1 さいたま新都心合同庁舎 検査棟
県	相談窓口(各地区保健所) 平日 8:30~17:15 (12:00~13:00を除く)		
	松江保健所 食品衛生課	0852-67-7570	松江市東津田町1741-3 いきいきプラザ島根3階 (松江市、安来市)
	雲南保健所 衛生指導課	0854-42-9667	雲南市木次町里方531-1 (雲南市、奥出雲町、飯南町)
	出雲保健所 衛生指導課	0853-21-1185	出雲市塩冶町223-1 (出雲市)
	県央保健所 衛生指導課	0854-84-9805	大田市長久町長久ハ7-1 (大田市、川本町、美郷町 邑南町)
	浜田保健所 衛生指導課	0855-29-5561	浜田市片庭町254 (浜田市、江津市)
	益田保健所 衛生指導課	0856-31-9551	益田市昭和町13-1 (益田市、津和野町、吉賀町)
	隠岐保健所 環境衛生課	08512-2-9714	隠岐の島町港町塩口24 (海士町、西ノ島町、知夫村 隠岐の島町)

◎ 石綿（アスベスト）に関する相談

◆ 石綿に関する総合相談窓口

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
県	総合相談 県環境生活部環境政策課 平日 8:30~17:00	0120-148-049 (フリーダイヤル)	松江市殿町128 県庁東庁舎4階

◆ 石綿による労働災害に関する相談

平受付時間 平日 8:30~17:15

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
国	島根労働局 総合労働相談コーナー	0852-20-7009	松江市向島町134番10 松江地方合同庁舎5階
	松江労働基準監督署	0852-31-1166	松江市向島町134番10 松江地方合同庁舎2階
	出雲労働基準監督署	0853-21-1240	出雲市塩治善行町13-3
	浜田労働基準監督署	0855-22-1840	浜田市田町116-9
	益田労働基準監督署	0856-22-2351	益田市あけぼの東4-6
県	島根県商工労働部雇用政策課	0852-22-5298	松江市殿町1

◆ 石綿による健康被害に関する相談

平日 8:30~17:00

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
独 法	労働者健康安全機構 山陰労災病院	0859-33-8181	米子市皆生新田1-8-1
県	県健康推進課	0852-22-5266	松江市殿町2 県庁第2分庁舎3階
	松江保健所健康増進課	0852-23-1314	松江市東津田町1741-3
	雲南保健所健康増進課	0854-42-9635	雲南市木次町里方531-1
	出雲保健所健康増進課	0853-21-8785	出雲市塩治町223-1
	県央保健所健康増進課	0854-84-9820	大田市長久町長久ハ7-1
	浜田保健所健康増進課	0855-29-5548	浜田市片庭町254
	益田保健所健康増進課	0856-31-9532	益田市昭和町13-1
	隠岐保健所健康増進課	08512-2-9711	隠岐の島町港町塩口24

◆ 石綿による健康被害の救済に関する法律に基づく救済給付（労災補償等の対象外）の申請等受付窓口

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
独 法	環境再生保全機構 （本部）石綿健康被害救済部 平日 10:00～17:00	0120-389-931 （フリーダイヤル） 044-520-9614 （制度等 企画調整課） 044-520-9616 （申請手続等 申請課） 044-520-9617 （給付 給付課）	川崎市幸区大宮町1310 ミューザ 川崎セントラルタワー9階
国	中国四国地方環境事務所 環境対策課 平日 9:30～17:00 広島事務所	086-223-1581 082-511-0006	岡山市北区下石井1-4-1 岡山第2号合同庁舎11階 広島市中区上八丁堀6-30 広島合同庁舎3号館1階

（注）この法律に基づく「救済給付」に係る申請書等の提出先は、独立行政法人環境再生保全機構ですが、地方環境事務所および各保健所（上記参照）を経由して提出することもできます。

※ アスベストに関する大気環境・廃棄物処理についてのお問合せは、各保健所環境保全課に、住宅などの建築物・建築物の解体についてのお問合せは、各県土整備事務所の建築担当課にお問い合わせください。

連絡先は、下記のQRコード（島根県アスベストに関する相談窓口のおしらせ）参照



◎ 海外渡航（パスポート）の申請に関する相談

取扱時間：平日 9:00～17:00（ただし、パスポートセンターでは日曜日（9:00～13:00）もパスポートの交付業務のみ行う。）

県民センター（松江市又は雲南市にお住まいの方の窓口）

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
県	県パスポートセンター （文化国際課）	0852-27-8686	松江市殿町8-3 島根県市町村振興センター （タウンプラザしまね）3階
	県東部県民センター 雲南事務所	0854-42-9505	雲南市木次町里方531-1 雲南合同庁舎1階

市町村の窓口（松江市・雲南市以外にお住まいの方の窓口）

取扱日：月曜日から金曜日（祝日・年末年始は除きます。年末年始期間は各窓口にお問い合わせください。）

※ 出雲市のみ第2土曜日・第4日曜日交付（午前中のみ、要事前予約）を行っています。

取扱時間は各窓口にお問い合わせください。

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
市 町 村	浜田市（総合窓口課）	0855-25-9400	浜田市殿町1
	出雲市（市民課）	0853-21-2315	出雲市今市町70
	益田市（市民課）	0856-31-0222	益田市常盤町1-1
	大田市（市民課）	0854-83-8067	大田市大田町大田口1111
	安来市（市民課）	0854-23-3092	安来市安来町878-2
	江津市（市民生活課）	0855-52-7482	江津市江津町1016-4
	奥出雲町（町民課）	0854-54-2510	奥出雲町三成358-1
	飯南町（住民課）	0854-76-2213	飯南町下赤名880
	川本町（町民生活課）	0855-72-0632	川本町大字川本271-3
	美郷町（住民課）	0855-75-1213	美郷町粕淵168
	邑南町（町民課）	0855-95-1114	邑南町矢上6000
	津和野町（税務住民課）	0856-74-0059	津和野町枕瀬218-18
	吉賀町（税務住民課）	0856-77-1113	吉賀町六日市750
	海士町（住民生活課）	08514-2-1821	海士町海士1490
	西ノ島町（町民課）	08514-6-0103	西ノ島町大字美田600-4
	知夫村（村民福祉課）	08514-8-2211	知夫村1065
隠岐の島町（町民課）	08512-2-8560	隠岐の島町下西78-2	

※ パスポートの更新（戸籍の提出が不要な切替申請）でスマホを使ったオンライン申請が可能です。

◎ 環境保全、公害、廃棄物等に関する相談

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
市町村	一般廃棄物は、各市町村の廃棄物担当課にお問い合わせください。		
県	県環境生活部環境政策課 (地球環境の保全、地球温暖化対策、環境影響評価、廃棄物の減量化及び再資源化、大気汚染、騒音、振動、悪臭の防止、水質汚濁の防止、湖沼水質保全計画、土壌汚染対策 など) 平日 8:30~17:00	0852-22-6379	松江市殿町128 県庁東庁舎4階
	県環境生活部廃棄物対策課 総務情報係(窓口) PCB廃棄物に関すること 平日 8:30~17:00	0852-22-6151 0852-22-6167	松江市殿町128 県庁東庁舎2階
	県健康福祉部健康推進課	0852-22-5255	松江市殿町2 県庁第2分庁舎3階
	県健康福祉部薬事衛生課 薬事係・営業指導係 水道係 食品衛生係 平日 9:00~17:00	0852-22-5259 0852-22-5260 0852-22-6292	松江市殿町2 県庁第2分庁舎3階
	松江保健所環境保全課 健康増進課	0852-23-1318 0852-23-1314	松江市東津田町1741-3
	雲南保健所環境保全課 健康増進課	0854-42-9668 0854-42-9636	雲南市木次町里方531-1
	出雲保健所環境保全課 健康増進課	0853-21-1197 0853-21-8785	出雲市塩冶町223-1
	県央保健所環境保全課 健康増進課	0854-84-9809 0854-84-9820	大田市長久町長久ハ7-1
	浜田保健所環境保全課 健康増進課	0855-29-5560 0855-29-5548	浜田市片庭町254
	益田保健所環境保全課 健康増進課	0856-31-9554 0856-31-9536	益田市昭和町13-1
隠岐保健所環境衛生課 地域健康推進課	08512-2-9719 08512-2-9711	隠岐の島町港町塩口24	

(注) 廃棄物に関する相談は、県が主に産業廃棄物に関する相談窓口となっており、各市町村(廃棄物担当課)が一般廃棄物(家庭ごみ等)に関する相談窓口となっています。松江市の廃棄物関係行政窓口は、松江市環境対策課(松江市役所西エリア3階 電話 0852-55-5671)になります。

◎ 医療安全等に関する相談

◆ 医療安全相談

県民のみなさんから医療に関する相談を受け、自ら解決するための助言等を行い、患者と医療機関の信頼関係の構築を支援します。（・中立的な立場で対応します。・相談者のプライバシーを保護します。・他の相談窓口と連携し、相談に対応します。）

※ 相談できること

- ・医療に関する悩みや心配事について
- ・医療に関して、どこに問い合わせたら良いかわからない
- ・診療において十分な説明がなく不安、説明がよくわからない
- ・受診したいので、近くの医療機関を知りたい
- ・主治医以外の先生の話も聞きたいがどうしたらいいかわからない

※ 対応できないもの

- ・医師の診断、治療内容や検査内容の是非
- ・医療事故かどうかの判断や責任の所在の判断
- ・医療機関・医師とのトラブルの仲介や話し合いの場に立ち会うこと
- ・特定の医療機関に対する評価、評判に関することや紹介
- ・医療機関への調査指導
- ・現在の症状に関する病名等の診断

相談受付 平日 9:00~17:00 (12:00~13:00を除く)

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
県	県健康福祉部医療政策課 医療安全支援センター 医療安全相談窓口	0852-22-5276	松江市殿町2 県庁第2分庁舎2階
	松江保健所	0852-32-5258	松江市東津田町1741-3
	雲南保健所	0854-42-0501	雲南市木次町里方531-1
	出雲保健所	0853-21-1428	出雲市塩冶町223-1
	県央保健所	0854-82-5330	大田市長久町長久ハ7-1
	浜田保健所	0855-29-5536	浜田市片庭町254
	益田保健所	0856-31-9558	益田市昭和町13-1
	隠岐保健所	08512-2-9717	隠岐の島町港町塩口24

松江市の医療機関に関する相談

松江市保健衛生課医療安全相談窓口：松江市東津田町1741-3 電話 0852-28-8289

◆ 精神科救急情報センター

緊急な精神科医療機関の受診についての相談

	名 称	電 話 番 号	開 設 時 間
県	松江保健所	0852-23-1316	平日 8:30~17:15
	雲南保健所	0854-42-9642	平日 8:30~17:15
	出雲保健所	0853-21-1653	平日 8:30~17:15
	県央保健所	0854-84-9812	平日 8:30~17:15
	浜田保健所	0855-29-5550	平日 8:30~17:15
	益田保健所	0856-31-9545	平日 8:30~17:15
	隠岐保健所（島後）	08512-2-9710	平日 8:30~17:15
	隠岐保健所（島前）	08514-7-8121	平日 8:30~17:15
	島根県精神科救急情報センター	0853-30-2100	休日 8:30~17:15 夜間 17:15~8:30

◆ 保健所の相談対応

保健所では、石綿に関する健康相談、医療安全相談、心の健康相談等のほかに、エイズ、肝炎とうに関する相談、難病、結核に関する相談、生活衛生営業に関する相談ペットに関する相談等に
応じています。

各保健所の代表電話は、以下の通り。

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
県	松江保健所 (松江市と共同設置)	0852-23-1313	松江市東津田町1741-3 いきいきプラザ島根3階
	雲南保健所	0854-42-9623	雲南市木次町里方531-1
	出雲保健所	0853-21-1190	出雲市塩冶町223-1
	県央保健所	0854-84-9800	大田市長久町長久ハ7-1
	浜田保健所	0855-29-5537	浜田市片庭町254
	益田保健所	0856-31-9535	益田市昭和町13-1
	隠岐保健所	08512-2-9701	隠岐の島町港町塩口24

◎ 福祉に関する相談

◆ 福祉事務所等

(相談受付 平日 8:30~17:00)

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
市 町 村	松江市福祉事務所	0852-55-5305	松江市末次町86
	浜田市福祉事務所	0855-25-9301	浜田市殿町1
	出雲市福祉事務所	0853-21-6691	出雲市今市町70
	益田市福祉事務所	0856-31-0242	益田市常盤町1-1
	大田市福祉事務所	0854-83-8146	大田市大田町大田口1111
	安来市福祉事務所	0854-23-3210	安来市広瀬町広瀬1930-1
	江津市福祉事務所	0855-52-7486	江津市江津町1016-4
	雲南市福祉事務所	0854-40-1041	雲南市木次町里方521-1
	奥出雲町福祉事務所	0854-54-2541	奥出雲町三成358-1
	飯南町福祉事務所	0854-72-1773	飯南町頓原2064
	川本町福祉事務所	0855-72-0633	川本町大字川本271-3
	美郷町福祉事務所	0855-75-1931	美郷町粕淵168
	邑南町福祉事務所	0855-95-1236	邑南町矢上6000
	津和野町福祉事務所	0856-72-0673	津和野町後田口64-6
	吉賀町福祉事務所	0856-77-1165	吉賀町六日市750
	海士町福祉事務所	08514-2-1823	海士町大字海士1490
	西ノ島町福祉事務所	08514-6-0104	西ノ島町大字美田600-4
	知夫村福祉事務所	08514-8-2211	知夫村1065
隠岐の島町福祉事務所	08512-2-8561	隠岐の島町下西78-2	

◆ 福祉に関する苦情相談

保育所、老人ホーム、障害者授産施設など福祉サービスに関する苦情相談の受付
 ※本人以外の家族及びその関係者の方も相談できます。

相談受付 面接・電話・ファックス

(電 話) 平日 8:30~17:00(12:00~13:00除く)

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
県	島根県運営適正化委員会	(電話) 0852-32-5913 (FAX) 0852-32-5994	松江市東津田町1741-3 いきいきプラザ島根5階

(注) 運営適正化委員会は、社会福祉法(第83条)に基づき、各都道府県社会福祉協議会に設置され、社会福祉、法律、医療などの学識経験者で構成される公正・中立な第三者機関です。

◆ 介護保険に関する問い合わせ、相談

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
市 町 村	松江市 (健康福祉部介護保険課)	0852-55-5935	松江市末次町86
	出雲市 (健康福祉部高齢者福祉課)	0853-21-6972	出雲市今市町70
	益田市 (福祉環境部高齢者福祉課)	0856-31-0682	益田市常盤町1-1
	大田市 (健康福祉部介護保険課)	0854-83-8063	大田市大田町大田口1111
	安来市 (健康福祉部介護保険課)	0854-23-3290	安来市広瀬町広瀬1930-1 (安来市健康福祉センター)
	津和野町 (医療対策課)	0856-72-4088	津和野町森村口141 (津和野共存病院内)
	吉賀町 (保健福祉課)	0856-77-1165	吉賀町六日市750
	邑智郡総合事務組合 (介護保険課 川本町・美郷町・邑南町)	0855-72-3535	川本町大字川本 332-15 (悠邑ふるさと会館内)
	浜田地区広域行政組合 (介護保険課 浜田市・江津市)	0855-25-1520	浜田市殿町1 (浜田市役所北分庁舎1階)
	雲南広域連合 (介護保険課 雲南市・奥出雲町・飯南町)	0854-47-7342	雲南市木次町里方1100-6
	隠岐広域連合 (介護保険課 隠岐の島町・海士町・ 西ノ島町・知夫村)	08512-6-9151	隠岐の島町都万2016
	地域包括支援センター (各市町村の本所・支所)	次ページ参照	
県	県健康福祉部高齢者福祉課 高齢社会支援係 施設サービス係 居宅サービス係 地域包括ケア推進室	0852-22-5204 0852-22-5301 0852-22-5798 0852-22-6341	松江市殿町2 県庁第2分庁舎1階
その他	島根県国民健康保険団体連合会 介護保険課 ○介護サービス苦情相談窓口 平日 9:00~17:00	0852-21-2811	松江市学園1-7-14

※介護保険の行政処分の不服申立

保険者（市町村等）が行った要介護認定等が適切であったかどうか、第三者的な機関で判断するため、「島根県介護保険審査会」が設けられています。

要介護認定の結果に納得ができない、保険料の滞納処分に不満があるなどの場合、保険者の行政処分に不服申立ができます。

⇒島根県介護保険審査会事務局（島根県高齢者福祉課）

電話：0852-22-5256

FAX：0852-22-5238

◆ 地域包括支援センターの一覧

名 称	所 在 地	電 話 番 号	担 当 地 区
中央地域包括支援センター	松江市千鳥町 70 (松江市総合福祉センター内)	0852-24-6878	城北、城西、城東、白湯、朝日、雑賀
松東地域包括支援センター	松江市川津町 825-2 (シルバーワークプラザ3階)	0852-24-1810	川津、朝酌、持田、本庄、島根、美保関、八束
松東サテライト (美保関)	松江市美保関町下宇部尾 61-2 (美保関支所内)	0852-72-9355	
松北地域包括支援センター	松江市鹿島町佐陀本郷 640-1 (松江市鹿島支所内)	0852-82-3160	法吉、生馬、古江、秋鹿、大野、鹿島
松南第1地域包括支援センター	松江市大庭町 735	0852-60-0783	津田、大庭、古志原
松南第2地域包括支援センター	松江市東出雲町揖屋 1216-1 (ヨリアイーナ東出雲内)	0852-52-9570	竹矢、八雲、東出雲
湖南地域包括支援センター	松江市乃白町 32-2 (健康福祉総合センター3階)	0852-24-1830	乃木、忌部、玉湯、宍道
湖南サテライト (宍道)	松江市宍道町上来待 213-1 (宍道健康センター内)	0852-66-9355	
浜田市高齢者相談支援センター	浜田市野原町 859-1 (浜田市総合福祉センター内)	0855-22-3900	浜田市
高齢者相談支援センター金城	浜田市金城町下来原 1541-20 (高齢者生活福祉センター内)	0855-42-2301	金城地区
高齢者相談支援センター旭	浜田市旭町今市 637 (浜田市旭支所内)	0855-45-0189	旭地区
高齢者相談支援センター弥栄	浜田市弥栄町木都賀イ 526-4 (杵束まちづくりセンター内)	0855-48-2194	弥栄地区
高齢者相談支援センター三隅	浜田市三隅町向野田 581 (保健センター内)	0855-32-1831	三隅地区
出雲高齢者あんしん支援センター	出雲市今市町 543 (出雲市社会福祉センター内)	0853-25-0707	出雲市 (出雲地区)
平田高齢者あんしん支援センター	出雲市平田町 2112-1 (平田福祉館内)	0853-63-8200	平田地区
佐田高齢者あんしん支援センター	出雲市佐田町反辺 1747-6 (出雲市役所佐田行政センター内)	0853-84-0019	佐田地区
多岐高齢者あんしん支援センター	出雲市多伎町小田 50 (多伎地域福祉センター内)	0853-86-7122	多伎地区
湖陵高齢者あんしん支援センター	出雲市湖陵町三部 1352 (湖陵福祉センター内)	0853-43-7611	湖陵地区
大社高齢者あんしん支援センター	出雲市大社町杵築南 1397-2 (出雲市役所大社行政センター内)	0853-53-3232	大社地区
斐川高齢者あんしん支援センター	出雲市斐川町上荘原 1766-2	0853-73-9125	斐川地区
益田市東部地域包括支援センター	益田市遠田町 1917-2 (益田地域医療センター医師会病院内)	0856-31-1010	東部圏域 (安田、鎌手、種、北仙道)

名 称	所 在 地	電 話 番 号	担 当 地 区
益田市中部地域包括支援センター	益田市駅前町 17-1 (益田駅前ビル EAGA 1 階)	0856-32-3025	中部圏域 (益田、吉田、豊川、真砂)
益田市西部地域包括支援センター	益田市高津四丁目 6-40 (梅寿会ますだハイツ内)	0856-22-2028	益田市西部 (高津、西益田、二条、美濃、小野、中西)
益田市美都地域包括支援センター	益田市美都町都茂 1803-1 (美都分庁舎内)	0856-52-3335	美都町内 (東仙道、都茂、二川)
益田市匹見地域包括支援センター	益田市匹見町匹見イ 1208 (特別養護老人ホームもみじの里内)	0856-56-0539	匹見町内 (匹見上、匹見下、道川)
大田市地域包括支援センター	大田市大田町大田イ 128 (大田市民センター 2 階)	0854-83-7766	大田市全域
安来市地域包括支援センター	安来市広瀬町広瀬 754 (広瀬社会福祉センター内)	0854-32-9110	安来市
〃 はくた (サブセンター)	安来市伯太町安田 1687 (いきいきの郷はくた内)	0854-37-1540	
〃 やすぎ (サブセンター)	安来市飯島町 1240-13	0854-27-7100	
江津市地域包括支援センター	江津市江津町 1016-37 (済生会江津総合病院 1 階)	0855-52-7488	江津市
雲南市地域包括支援センター	雲南市三刀屋町三刀屋 1212-3 (三刀屋健康福祉センター内)	0854-47-7799	雲南市全域
雲南市地域包括支援センター大東	雲南市大東町大東 1038 (大東総合センター内)	0854-43-5671	大東町、加茂町
奥出雲町地域包括支援センター	奥出雲町三成 358-1 (奥出雲町役場仁多庁舎内)	0854-54-2512	奥出雲町
飯南町地域包括支援センター	飯南町頓原 2064 (飯南町保健福祉センター内)	0854-72-1770	飯南町
川本町地域包括支援センター	川本町大字川本 271-3 (川本町役場健康福祉課内)	0855-72-0633	川本町
美郷町地域包括支援センター	美郷町粕淵 168 (美郷町役場健康福祉課内)	0855-75-1231	美郷町
邑南町地域包括支援センター	邑南町矢上 6000 (邑南町役場福祉課内)	0855-95-1115	邑南町
津和野町地域包括支援センター	津和野町森村口 141 (津和野共存病院 1 階)	0856-72-0683	津和野町
吉賀町地域包括支援センター	吉賀町六日市 580-4 (吉賀町福祉センター内)	0856-77-3123	吉賀町
海士町地域包括支援センター	海士町大字海士 1490 (海士町役場健康福祉課内)	08514-2-1822	海士町
西ノ島町地域包括支援センター	西ノ島町大字美田 600-4 (西ノ島町役場健康福祉課内)	08514-6-1182	西ノ島町
知夫村地域包括支援センター	知夫村 1065 (知夫村役場村民福祉課内)	08514-8-2211	知夫村
隠岐の島町地域包括支援センター	隠岐の島町下西 78-2 (隠岐の島町役場 1 階健康福祉課内)	08512-2-4500	隠岐の島町

◆ 障害者に関する相談

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
県	県立 心と体の相談センター (心と体の相談センターは、障がい者の相談支援機関として従来は障がい別に設置されていた、身体障害者福祉法に基づく身体障害者更生相談所、精神保健福祉法に基づく精神保健福祉センター、ならびに知的障害者福祉法に基づき児童相談所に併設されていた知的障害者更生相談所の三機関を統合した機関です。)	心のダイヤル 0852-21-2885 専門相談(ひきこもり、依存症、自死遺族相談) 0852-21-2045 知的障がい(療育手帳) 0852-32-5905 精神障がい(精神障害者保健福祉手帳、自立支援医療)、 身体障がい(身体障害者手帳、補装具、自立支援医療) 0852-32-5908	松江市東津田町1741-3 いきいきプラザ島根2階
	健康福祉部高齢者福祉課 地域包括ケア推進室	0852-22-6341	松江市殿町2 県庁第2分庁舎1階
松江	松江市障がい者基幹相談支援センター「絆」	0852-60-0400	松江市南田町55-3
浜田	浜田市基幹相談支援センター	0855-25-6115	浜田市港町293-2 西川病院せいわ地域連携室内
県弁護士会	高齢者・障がい者のための無料電話 法律相談 毎週火曜日 13:30~16:00	0120-448-110	松江市母衣町55-4 松江商工会議所ビル7階

※ 各種障害者福祉サービス、自立支援医療、障害者の虐待の通報等は、各市町村の障害者福祉の窓口にお問い合わせください。また、障害者雇用については、8~9ページを参照してください。

◆ ひとり親家庭の相談

一般財団法人島根県母子寡婦福祉連合会では、県の委託事業を受け、島根県母子・父子福祉センター、島根県母子家庭等就業自立支援センターとして就業支援、法律相談、養育費相談等を実施しています。

区 分	日 時 ・ 連 絡 先 等	所 在 地
就 業 相 談	島根県内の各市町村で巡回相談を実施しています。巡回相談は、予約制となっており、申し込みは下記までお問い合わせください。 0852-32-5920	松江市東津田町1741-3 いきいきプラザ島根2階
法 律 相 談	相談時間は一人30分、前々日までに要予約 ビッグハート出雲(出雲市) いわみーる(浜田市) 0852-32-5920	
養 育 費 相 談	養育費の取り決めなどの関する相談 0852-32-5920	松江市東津田町1741-3 いきいきプラザ島根2階

◎ 子どもに関する相談

◆ 児童虐待、いじめ、不登校など子どもに関する相談

	名 称	電 話 番 号	所在地（管轄市郡名）
	児童相談所虐待対応ダイヤル	いちはやく 189（通話料無料）	児童相談所に通告・相談ができる全国共通の電話番号
国	松江地方法務局 「子どもの人権110番」 平日 8:30~17:15	0120-007-110 (時間外は留守番電話)	松江市東朝日町192-3
県	島根県教育委員会 「いじめ相談テレフォン」 「24時間子供SOSダイヤル」 24時間(年中無休)	0120-779-110 0120-0-78310 <small>なやみ言おう</small>	松江市殿町1
	島根県警察本部 「ヤングテレホン/けいさつ・いじめ110番」 平日 8:30~17:15 (夜間・土日・祝日・年末年始は当直員が対応)	0120-786719 <small>ナヤムナトーク</small>	松江市殿町8-1
	県中央児童相談所 「子どもと家庭電話相談室」 毎日 10:00~19:00 (祝日・年末年始を除く)	0120-258-641 (FAX 0120-874-112)	松江市西川津町3090-1
	県中央児童相談所 平日 8:30~17:15	0852-21-3168 (FAX 0852-21-3163)	松江市西川津町3090-1 (松江市、安来市)
	隠岐相談室 平日 8:30~17:15	08512-2-9810 (FAX 08512-2-9718)	隠岐の島町港町塩口24 (隠岐郡)
	県出雲児童相談所 平日 8:30~17:15	0853-21-0007 (FAX 0853-21-0047)	出雲市小山町70 (出雲市、雲南市、奥出雲町、飯南町)
	県浜田児童相談所 平日 8:30~17:15	0855-28-3560 (FAX 0855-28-3565)	浜田市上府町イ2591 (浜田市、大田市、江津市、川本町、美郷町、邑南町)
	県益田児童相談所 平日 8:30~17:15	0856-22-0083 (FAX 0856-22-0075)	益田市高津4-7-47 (益田市、津和野町、吉賀町)

◆ 市町村の児童家庭相談室

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
市	家庭児童相談室 平日 8:30~17:00		
町	松江市 こども家庭センター (こども家庭支援課)	0852-60-8141	松江市乃白町32-2 (保健福祉総合センター1階)
	浜田市 こども家庭センター (子ども・子育て支援課)	0855-25-9331	浜田市殿町1
村	出雲市 こども家庭センター (子ども政策課)	0853-21-6604	出雲市今市町70

益田市 こども家庭センター (子ども家庭支援課)	0120-71-7867	益田市駅前町17-1
大田市 こども家庭センター (子ども家庭支援課)	0854-83-8147	大田市太田町大田口1111
安来市 こども家庭センター (子ども未来課)	0854-23-3222	安来市広瀬町広瀬1930-1
江津市 こども家庭センター (子育て支援課)	0855-52-7487	江津市江津町1016-4
江津市 子育てサポートセンター (休：木曜、祝日、年末年始)	0855-52-0569	江津市江津町1518-1 (パレットごうつ内)
雲南市 こども家庭センター 子ども家庭支援課	0854-40-1067	雲南市木次町里方521-1
奥出雲町 こども家庭センター (子ども家庭支援課)	0854-54-2504	奥出雲町三成358-1
飯南町 こども家庭センター (保健福祉センター)	0854-72-1770	飯南町頓原2064
川本町 こども家庭センター (健康福祉課)	0855-72-0633	川本町大字川本271-3
美郷町 子ども家庭センター (健康福祉課)	0855-75-1931	美郷町粕淵168
邑南町 こどもまるごと相談室 (医療福祉政策課)	0855-95-1168	邑南町矢上6000
津和野町 こども家庭センター 来る未 (健康福祉課)	0856-73-7020	津和野町後田口64-6
吉賀町子育て世代包括支援 センター「ぴよぴよ」(保健福祉課)	0856-77-1165	吉賀町六日市750
海士町 健康福祉課	08514-2-1823	海士町大字海士1490
西ノ島町 健康福祉課	08514-6-0104	西ノ島町大字美田600-4
知夫村 村民福祉課	08514-8-2211	知夫村1065
隠岐の島町 保健福祉課	08512-2-8577	隠岐の島町下西78-2

◆ 子育て・教育に関する相談

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
県	島根県教育センター		
	教育相談	0852-22-5876 (来所相談申込用) 火～金、9:00～17:00	松江市内中原町255-1
	“こころ・発達”教育相談室	0800-200-1556 (火～金、9:00～16:30) 来所相談 ※要予約 (水・木：9:00～16:50)	出雲市下古志原町1574-4 島根県立こころの医療センター (出雲市立神戸川小学校・ 河南中学校 若松分校内)

	教育相談 (浜田教育センター)	0855-23-6784 (月～金、9:30～17:00、 水曜日は午後のみ)	浜田市長沢町1550-1
その他	育児電話相談 (松江赤十字乳児院)	0852-24-6418 (平日 9:00～16:30)	松江市南田町162
	助産師ダイヤル (一社) 島根県助産師会	毎月1～15日: 090-7135-4637 毎月16～31日: 090-7136-4609 (年中無休 受付時間10:00～21:00)	

◆ 若者の相談 (ひきこもり、就労、いじめなど)

名 称	電 話 番 号	対 応 時 間
松江市青少年支援センター	0800-200-2700	月～金、9:00～17:00
浜田市青少年サポートセンター	0120-783-419	月～金、8:30～17:15
出雲市子ども・若者支援センター	0120-84-7867	月～金、8:30～17:00
益田市子ども・若者支援センター	0800-600-4357	月～金、9:00～16:30
大田市子ども・若者総合相談窓口	0854-83-8147	月～金、8:30～17:15
大田市子ども・若者総合相談窓口 ほっとスペースゆきみーる	0854-83-7373	月～金、10:00～17:00 (木のみ13:00～17:00)
安来市子ども・若者総合相談窓口	0854-23-3295	月～金、8:30～17:15
江津市子ども・若者総合相談窓口	0855-52-7741	月～金、8:30～17:15
雲南市子ども家庭支援センター	0854-40-1067	月～金、9:00～17:00
飯南町子ども・若者相談窓口	0854-72-1770	月～金、9:00～17:00

※ ひきこもりに関する相談は、島根県立心と体の相談センター（電話0852-21-2045）及び各保健所（16ページ参照）でも受け付けています。

◆ 子ども専用電話（18歳以下の子どものみ）

名 称	電 話 番 号	対 応 時 間
チャイルドライン (NPO 法人チャイルドラインしまね)	0120-99-7777	毎日 16:00～21:00
子どもほっとラインもしもしにゃんこ (NPO 法人ほっと・すぺーす21)	0120-225-044	毎月第1日曜日 14:00～18:00

◎ 女性に関する相談

◆ 女性の悩みごとに関する相談（島根県）

配偶者や恋人からの暴力、家庭内の不和・いざこざの悩み、結婚・離婚・男女間の悩み、近所・職場などの人間関係の悩みに関する相談

面接、電話による相談

平日 8:30~17:00

女性相談センター（松江）は、電話相談のみ土日も受付（祝日、年末年始を除く）

名 称	電 話 番 号	所 在 地
県女性相談センター（相談専用電話）	0852-25-8071	松江市北田町48-1
県女性相談センター西部分室 （あすてらす女性相談室）	0854-84-5661	大田市大田町大田イ236-4 島根県立男女共同参画センター あすてらす4階
県出雲児童相談所 （女性相談専用）	0853-21-8789	出雲市小山町70
県浜田児童相談所 （女性相談専用）	0855-28-3434	浜田市上府町イ2591
県益田児童相談所 （女性相談専用）	0856-31-1886	益田市高津4-7-47
県中央児童相談所隠岐相談室 （女性相談専用）	08512-2-9810	隠岐の島町港町塩口24


◆ 女性相談（松江市・出雲市・雲南市）

名 称 等	日 時	電 話 番 号 等
女性のための相談（松江市）	月・火・木・金曜日 10:00~16:00 （祝日、年末年始は除く）	0852-25-2602 松江市男女共同参画センター （松江市市民活動センター STIC内） ※ カウンセリング、法律相談も実施 （それぞれ月2回、要予約）
出雲市女性相談	月~金曜日 8:30~17:00 面接相談は要予約 （祝日・年末年始は除く）	0853-22-2085 出雲市市民活動支援課 ※ 女性弁護士相談、女性の心の相談も実施（要予約）
雲南市男女共同参画センター	月~金曜日 8:30~17:00 （祝日・年末年始は除く）	0854-42-3838 （女性相談専用）

◆ 性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター

名 称	相談受付日時	電 話 番 号
性暴力被害者支援センターたんぽぽ （島根県女性相談センター内）	月~金 8:30~17:15 （上記時間外・土日・祝日・年末年始はコールセンターにて相談を受け付け）	0852-25-3010 #8891
一般社団法人 しまね性暴力被害者支援センターさひめ	火・木・土 17:30~21:30 （年末年始を除く）	0852-28-0889 おはやく

◎ 生きづらさを感じたときの相談窓口

名 称	電 話 番 号 等	相 談 時 間 等
こころの健康相談統一ダイヤル (島根県立心と体の相談センター 18:30~22:30 は、民間協力団体)	おこなおう まもろうよ こころ 0570-064-556	平日 9:00~17:00 平日 18:30~22:30 (22時まで受け付け)
よりそいホットライン (一社)社会的包摂サポートセンター	つなぐ ささえる 0120-279-338 (24時間対応) 音声ガイダンスにより、以下の案内が流れます。 1 暮らしの困りごと、悩みを聞いてほしい方 2 外国語による相談 Helpline for foreign people 3 DV、性暴力など女性の相談 4 性的指向(好きになる性)や性自認(自分の認識する性別)に関してお悩みの方へ 5 死にたいほどつらい方 7 10代20代の女の子相談 8 さまざまな災害で被災された方 (該当する番号を押すと相談につながります。)	
生きづらびっと (SNS での相談) (NPO 法人自殺対策支援センター ライフリンク)		月・金 6:00~22:30 火・水・木・土・日 8:00~22:30 (受付 22時まで)
社会福祉法人島根いのちの電話	0852-26-7575 0570-783-556	月~金、9:00~22:00 土曜 9:00~翌日曜 22:00 (年中無休)
自殺予防いのちの電話	なやみ こころ 0120-783-556	毎日 16:00~21:00 毎月 10日 24時間

◎ 農林水産業に関する相談

◆ 新規就農等に関する相談

名 称	電 話 番 号	所 在 地
島根県青年農業者等育成センター (しまね農業振興公社)	0852-20-2872 (FAX) 0852-31-9864	松江市黒田町432-1 島根県土地改良会館3階 (公財)しまね農業振興公社

県内農業部連絡先

名 称	電 話 番 号	所 在 地
東部農林水産振興センター-松江農業振興部	0852-32-5681	松江市東津田町1741-1
東部農林水産振興センター-安来農業部	0854-22-2341	安来市穂日島町303
東部農林水産振興センター-雲南農業部	0854-42-9574	雲南市木次町里方531-1
東部農林水産振興センター-出雲農業部	0853-30-5598	出雲市大津町1139
西部農林水産振興センター-浜田農業振興部	0855-29-5619	浜田市片庭町254
西部農林水産振興センター-邑智農業部	0855-72-9591	川本町大字川本265-3
西部農林水産振興センター-大田農業部	0854-84-9708	大田市大田町大田イ1-3
西部農林水産振興センター-益田農業部	0856-31-9613	益田市昭和町13-1
隠岐支庁農林水産局農業振興部	08512-2-9681	隠岐の島町港町塩口24

◎ 国道・河川等に関する相談

◆ 道路

○道路の相談窓口又は維持管理等を実施する機関


	名 称	電 話 番 号	所 在 地 等
国	国土交通省中国地方整備局 「道の相談室」	082-222-6274	広島市中区上八丁堀6-30 広島合同庁舎2号館
	松江国道事務所	0852-26-2131	松江市西津田2-6-28
	浜田河川国道事務所	0855-22-2480	浜田市相生町3973
特殊法人	西日本高速道路株式会社 お客さまセンター 【フリーコールができない場合】	0120-924-863 06-6876-9031	年中無休、24時間対応
県	県土木部道路維持課 (三桁国道)	0852-22-6046	松江市殿町8 県庁南庁舎6階
	松江県土整備事務所(松江市) ○道と川の相談ダイヤル	0852-32-5200	松江市東津田町1741-1 松江合同庁舎4階
	広瀬土木事業所(安来市) ○道と川の相談ダイヤル	0854-32-4149	安来市広瀬町石原357-1
	雲南県土整備事務所(雲南市・飯南町) ○道と川の相談ダイヤル	0854-42-9601	雲南市木次町里方531-1 雲南合同庁舎3階
	仁多土木事業所(奥出雲町) ○道と川の相談ダイヤル	0854-54-1251	奥出雲町三成555-4
	出雲県土整備事務所(出雲市) ○道と川の相談ダイヤル	0853-30-5789	出雲市大津町1139 出雲合同庁舎4階
	県央県土整備事務所(川本町・美郷町・邑南町) ○道と川の相談ダイヤル	0855-72-9630	川本町大字川本265-3 川本合同庁舎4階
	大田事業所(大田市) ○道と川の相談ダイヤル	0854-84-9720	大田市大田イ1-3 大田集合庁舎2階
	浜田県土整備事務所(江津市・浜田市) ○道と川の相談ダイヤル	0855-29-5777	浜田市片庭町254 浜田合同庁舎4階
	益田県土整備事務所(益田市) ○道と川の相談ダイヤル	0856-31-9655	益田市昭和町13-1 益田合同庁舎4階
	津和野土木事業所(津和野町・吉賀町) ○道と川の相談ダイヤル	0856-72-0511	津和野町町田イ244-2
	隠岐支庁県土整備局(隠岐の島町) ○道と川の相談ダイヤル	08512-2-9737	隠岐の島町港町塩口24 隠岐支庁内
	島前事業部(海士町・西ノ島町・知夫村) ○道と川の相談ダイヤル	08514-7-9111	西ノ島町大字別府字飯田56-17

○ 道路の異常などを発見した場合の緊急通報

名 称	電 話 番 号	対 象 の 道 路
道路緊急ダイヤル	#9910 (24時間受付・無料)	国が管理する国道※、高速道路、 本州四国連絡道路等

※ 島根県内では、国道9号、54号、191号(山口県境から益田市吉田町の国道9号との交差点まで)

○ 道路標識に関する情報提供、意見の受付（ホームページからの受付）

名 称	U R L	QRコード
標識BOX (中国地方整備局)	http://www.cgr.mlit.go.jp/iken/hyoushiki_box/box.htm	

◆ 河川・港湾

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
国	出雲河川事務所 (斐伊川(木次町より下流(至境水道又は放水路)、神戸川(下流)、尾原ダム、志津見ダム等))	0853-21-1850	出雲市塩冶有原町5-1
	浜田河川国道事務所 (江の川(下流)、高津川の一部(派川、一部支川を含む))	0855-22-2480	浜田市相生町3973
県	上記の国管理河川以外の河川に係る維持管理は、原則として県が行っています。各県土整備局等の道と川の相談ダイヤルは、前ページを参照ください。		
	浜田港湾振興センター(浜田港・三隅港・江津港) ○道と川の相談ダイヤル	0855-27-0088	浜田市熱田町2135-2 浜田ポートセンター内

◎住宅等に関する相談

◆ 住まいるダイヤル

住まいるダイヤルは国土交通大臣から指定を受けた住宅専門の相談窓口で、経験豊富な建築士が、直接電話で相談をお受けします。

名 称	電 話 番 号	受 付 時 間 等
公益財団法人住宅リフォーム・紛争処理支援センター	03-3556-5147 固定電話からは、全国どこからでも市内通話料で利用できます(一部のサービスを除く)。	月曜～金曜日 10:00～17:00 (祝休日、年末年始を除く)

◆ 宅地建物の取引、マンション管理に関する相談

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
県	県土木部建築住宅課 面接、電話、FAX 平日 8:30～17:15 FAX受付は毎日24時間	宅建建物取引 0852-22-5226 マンション管理 0852-22-6587 (FAX) 0852-22-5218 (建築物安全推進室受付)	松江市殿町8 県庁南庁舎4階

◆ 建設工事の請負契約をめぐる紛争に関する相談

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
県	県建設工事紛争審査会 公共事業下請問題相談所 (県土木部土木総務課建設産業対策室)	0852-22-5185	松江市殿町8 県庁南庁舎5階

◎ 警察の相談窓口等

◆ 警察の相談窓口

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
県	警察相談専用電話 8:30~17:15 ※「特殊詐欺」、「ヤミ金」、「ストーカー」、「DV（配偶者間暴力）」、「児童虐待」、「所在不明」、「民事絡みの暴力」など、将来犯罪に発展する恐れのある不安・身近に感じている危険に関する相談	0852-31-9110 #9110	松江市殿町8-1 警察相談専用電話 ヤングテレフォン ストーカー相談 暴力団相談 暴力団離脱相談 平日8:30~17:15 (夜間・土日・祝日・ 年末年始は当直員が 対応)
	性犯罪110番 24時間受付 ※ 性犯罪被害に関する相談	0120-110-267 ハートさん #8103	
	ヤングテレホン/けいさつ・いじめ110番 8:30~17:15 ※ 少年に関するなやみやいじめなどの相談	ナヤムナトーク 0120-786-719	
	ストーカー相談電話 8:30~17:15 ※ ストーカー被害に関する相談	0852-24-9110	
	薬物相談電話 24時間受付 ※ 覚醒剤などの薬物に関する相談	0852-27-4697	
	暴力団相談電話 8:30~17:15 ※ 暴力団による被害、困りごとについての相談	0852-21-9302	
	暴力団離脱相談電話 8:30~17:15 ※ 暴力団からの離脱及び更正に関する相談	0852-27-3870	
	拳銃110番 24時間受付 ※拳銃などの違法銃器に関する相談	ジュウ ミナナン 0120-10-3774	

(参考)

警察庁 03-3581-0141 (代表)

島根県警察職員の職務執行に対する苦情申出窓口

島根県公安委員会 0852-26-0110(代)

◆ 交通事故に関する相談

※ 相談はすべて無料

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
県	県交通事故相談所 松江（本所） 開設日：平日 9:00～16:00 （12:00～13:00は除く）	0852-22-5102 （FAX） 0852-22-6509	松江市殿町8 県南庁舎別館1階
	県交通事故相談所 浜田相談室 開設日：毎週水曜日 11:00～16:00 （12:00～13:00は除く）	0855-29-5563	浜田市片庭町254 浜田合同庁舎1階
	巡回相談（相談日が祝休日又は年末年始の閉庁日に該当する場合は、変更します。）		
	出雲地区 第3木曜日 9:00～15:00 （12:00～13:00は除く）	0852-22-5102 ※益田、大田、隠岐地区は、 相談日の1週間前までに 予約をお願いします。	会場 出雲市役所
	大田地区【要予約】 第1火曜日 9:00～15:00 （12:00～13:00は除く）		会場 大田市役所
益田地区【要予約】 第4木曜日 9:00～15:00 （12:00～13:00は除く）	会場 益田市役所		
隠岐地区【要予約】 6・9・12・3月の各第2木曜日の 午後とその翌日の午前 木曜日 13:00～16:00 金曜日 9:00～12:00	会場 隠岐の島町役場		
日弁連	日弁連交通事故相談センター 島根県支部（島根相談所） 原則第1・第3火曜日 13:00～15:30	0852-21-3450 （FAX） 0852-21-3398	松江市母衣町55-4 島根県弁護士会内 （松江商工会議所 ビル7階）
損保協会	そんぼADRセンター中国 受付：月～金 9:15～17:00	03-4332-5241 （全国共通） 082-553-5201 （IP電話、PHS）	広島市中区袋町3-17 シンヨービル12階

◆ 犯罪被害者等の相談

犯罪被害者等の相談窓口

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
国	松江地方検察庁 「被害者ホットライン」 平日 8:30~17:15 留守番電話・FAXは、24時間受付	0852-32-6701 (電話・FAX兼用)	松江市母衣町50 松江法務合同庁舎1階
	松江保護観察所 「被害者専用電話」 平日 8:30~17:15	0852-21-2250	松江市向島町134番10 松江地方合同庁舎6階
県	県犯罪被害者等支援総合窓口 (犯罪被害者等の全般的な相談 及び具体的な相談窓口の紹介) 平日 8:30~17:15	0852-28-7830 (FAX) 0852-32-5916	松江市殿町8-3 島根県市町村振興センター (タウンプラザしまね) 5階 環境生活総務課 消費とくらしの安全室
	県警察本部広報県民課 犯罪被害者支援室 (犯罪の被害に遭われた方の相談 及び犯罪被害者給付制度等の相談) 平日 8:30~17:15	(代表) 0852-26-0110	松江市殿町8-1
そ の 他	日本司法支援センター 法テラス犯罪被害者支援ダイヤル 平日 9:00~21:00 土曜 9:00~17:00	0120-079714 <small>なくことないよ</small>	松江市南田町60
	(公益社団法人) 島根被害者 サポートセンター (犯罪被害者等の各種相談、 情報提供及び直接支援等) 平日 10:00~16:00	0120-556-491 <small>こころのすくい</small>	松江市東津田町1741-3 いきいきプラザ島根2階

※ 女性の性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センターは、25ページ参照

◎ 外国人住民の相談窓口

◆ 生活相談

(対応時間：月～金：9:00～17:00 (祝日・休日 等を除く))

名 称	対 応 言 語	電 話 番 号
公益財団法人 しまね国際センター 多言語相談 Go-en しまね	英語、中国語（北京語）、タガログ語（フィリピン）、ポルトガル語（ブラジル）、ベトナム語、韓国語、ネパール語、インドネシア語等 24 言語対応	070-3774-9329 (その他の相談方法) メールアドレス soudan@sic-info.org メッセージャー Facebook「Go-en しまね」の Messenger

◆ 行政手続（行政書士相談）※ **要電話予約**

国籍・ビザ、国際結婚、養子縁組、在留資格（取得、更新、特別許可、在留資格変更等）、帰化、税金、保険・年金、住民登録、住宅購入、運転免許、許認可取得・開業手続き

名 称	対 応 言 語 ・ 日 時	電 話 番 号
公益財団法人 しまね国際センター本所 (松江市幸町 1571)	通訳が必要な場合はその都度手配するため、どの言語でも対応可能 原則毎月第4日曜日 13:00～16:00	0852-31-5056
公益財団法人 しまね国際センター西部支所 (浜田市野原町 2433-2)	通訳が必要な場合はその都度手配するため、どの言語でも対応可能 原則毎月第4水曜日 13:00～16:00	0855-28-7990

◆ 入国・在留の手続


(対応時間：月～金：8:30～17:15 (祝休日を除く))

名 称	対 応 言 語	電 話 番 号
出入国在留管理庁 外国人在留総合インフォメーションセンター	日本語、英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語、ベトナム語、ネパール語、タイ語、ミャンマー語、シンハラ語	0570-013904 (IP、PHS、海外からは) 03-5796-7112


◆ 法的なトラブル

名 称	対応言語・日時	電話番号
(公財)しまね国際センター 外国人のための無料法律相談 (通訳が必要な人は、予約の時に相談)	通訳可 原則毎月第3水曜日 13:30~14:20 14:30~15:20	070-3774-9329 (要電話予約)
法テラス 多言語情報提供サービス	英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語、ベトナム語、タガログ語、ネパール語、タイ語、インドネシア語 月~金(祝休日を除く) 9:00~17:00	0570-078-377 (IP電話、プリペイド携帯電話) 050-3754-5430

◆ 人生のいろいろな悩み

名 称	対応言語・日時	電話番号等
よりそいホットライン (一般社団法人 社会的包摂サポートセンター)	英語、中国語、韓国語、朝鮮語、タイ語、タガログ語、スペイン語、ポルトガル語、ベトナム語、ネパール語、インドネシア語等 ⇒毎日 10:00~22:00 (曜日・時間により対応言語が異なるため、右のQRコードを参照)	0120-279-338 
東京英語いのちの電話	英語 毎日 9:00~23:00	03-5774-0992
横浜いのちの電話 外国語相談	ポルトガル語 水曜日 10:00~21:00 金曜日 19:00~21:00 土曜日 12:00~21:00	0120-66-2488
	スペイン語 水曜日 10:00~21:00 金曜日 19:00~21:00 土曜日 12:00~21:00	0120-66-2477

◆ 医療関係の相談

名 称	対応言語・日時	電話番号
AMDA 国際医療情報センター 電話医療相談	英語、中国語、フィリピン語等 ⇒月~金 10:00~16:00 (祝休日を除く(曜日・時間により対応言語が異なります。詳しくは、右のQRコードから))	0120-339-266 
AMDA 国際医療情報センター 遠隔医療通訳	英語、中国語、フィリピン語等 ⇒月~金 10:00~16:00 (祝休日を除く(曜日・時間により対応言語が異なります。))	0120-339-266

◆ 労働に関するトラブル

(開設時間：10:00～15:00 (12:00～13:00 は除く))


名 称	言 語	開設曜日	電 話 番 号
厚生労働省外国人労働者向け 相談ダイヤル	英語	月～金	0570-001-701
	中国語		0570-001-702
	ポルトガル語		0570-001-703
	スペイン語		0570-001-704
	タガログ語		0570-001-705
	ベトナム語		0570-001-706
	ミャンマー語	金	0570-001-707
	ネパール語	月～木	0570-001-708
	韓国語	水～金	0570-001-709
	タイ語	木	0570-001-712
	インドネシア語	火	0570-001-715
	カンボジア語 (クメール語)	水	0570-001-716
	モンゴル語	金	0570-001-718

(開設時間：平日 (月～金)：17:00～22:00

土日・祝日：9:00～21:00)

名 称	言 語	開設曜日	電 話 番 号
労働条件相談ホットライン (厚生労働省 委託事業)	日本語	月～日 (毎日)	0120-811-610
	英語		0120-531-401
	中国語		0120-531-402
	ポルトガル語	月～土	0120-531-403
	スペイン語	木、金、土	0120-531-404
	タガログ語	火、水、土	0120-531-405
	ベトナム語	火、水、金～日	0120-531-406
	ミャンマー語	水、日	0120-531-407
	ネパール語		0120-531-408
	韓国語	木、日	0120-613-801
	タイ語		0120-613-802
	インドネシア語		0120-613-803
	カンボジア語 (クメール語)	月、土	0120-613-804
	モンゴル語		0120-613-805

◆ 外国人技能実習

名 称	対 応 言 語 ・ 日 時	電 話 番 号 等
外国人技能実習機構 広島事務所	窓口受付時間 9:00~16:00	082-207-3123
母国語相談	ベトナム語、中国語、インドネシア語、 フィリピン語、英語、タイ語、カンボジア 語、ミャンマー語 対応言語によって、対応日・電話番号が 異なります。詳しくは右のQRコード参照。	

◆ 防犯・犯罪被害

(月~金(祝日を除く): 8:30~17:15)

名 称	対 応 言 語	電 話 番 号
警視庁外国人困りごと相談	英語、中国語、韓国語、ベトナム 語、タガログ語、スペイン語、タ イ語、ペルシア語、ウルドゥ語	03-3503-8484

◆ 外国人相談窓口 (松江市・出雲市)

名 称	対 応 言 語 ・ 日 時	電 話 番 号
松江市外国人相談窓口	英語、中国語、韓国語、フラン ス語 月~金 9:00~17:00	0852-55-5175
出雲市 しまね国際センターによる出 張外国語無料相談	ポルトガル語、タガログ語、英 語、ベトナム語、中国語 毎月1回 原則火曜日 13:00~16:00	0853-21-6576 (要電話予約)

◎ 通信に関する相談

◆ NHK や番組についての意見・問い合わせ

名 称	相 談 受 付 方 法	相 談 受 付 日 時
NHK ふれあいセンター	電話 0570-066-066 (ナビダイヤル) 050-3786-5000 (IP電話等ナビダイヤルが利用できない場合) 手紙(宛て先) 〒150-8001 NHK 放送センター〇〇〇行 住所の記入は不要 メールフォーム https://cgi2.nhk.or.jp/css/mailform/mail_form.cgi	9:00~20:00 (土日祝も受付)

◆ 電気通信サービスに関する相談

名 称	相 談 受 付 方 法	相談受付日時
総務省電気通信消費者相談センター	03-5253-5900	平日 9:30~12:00 13:00~17:00

◆ 電波に関する困りごと相談

名 称	相 談 内 容	電 話 番 号
中国総合通信局	電気通信サービス（携帯電話サービス、代理店契約、インターネット、消費者保護）	082-222-3376
	テレビ・ラジオの受信障害	082-222-3383
	その他（情報通信全般、窓口が分からない）	082-222-3314

◆ 一般的な情報セキュリティ（主にウイルスや不正アクセス）に関する技術的な相談

名 称	相 談 受 付 方 法	相談受付日時
独立行政法人 情報処理推進機構	電話 03-5978-7509 相談は1回あたり30分以内 E-mail anshin@ipa.go.jp	10:00~12:00 13:30~17:00 土日祝日・年末年始は除く

◆ インターネット上での違法・有害情報に関する相談

名 称	相 談 受 付 方 法
違法・有害情報相談センター	はじめて相談する場合 相談センターのHP (https://ihaho.jp/guide/index.html) の「利用登録フォーム」から利用登録を行い、登録したメールアドレスとパスワードを用いて相談フォームを開いて相談内容を入力・送信する (利用ガイド) https://ihaho.jp/wp-content/uploads/2020/12/method.pdf?t=20230332252810

◆ インターネット上の違法情報や自殺誘引等情報、重要犯罪密接関連情報の
通報

名 称	相 談 受 付 方 法
インターネット・ホットラインセンター	インターネット・ホットラインセンターの HP (https://www.internethotline.jp/) から通報を受付 ※ガイドラインに基づいて警察に情報提供
セーファーインターネット協会	セーファーインターネット協会の HP (https://www.saferinternet.or.jp/) から通報を受付
迷惑メール相談センター	相談窓口 03-5974-0068 (10:00~12:00、13:00~17:00 土日祝日・年末年始を除く) 情報提供 オプトイン違反、表示義務違反、なりすましメール 迷惑メールの転送先アドレス meiwaku@dekyo.or.jp 受信拒否後に送信された広告宣伝メールの情報提供 受信拒否後に送信された迷惑メールの転送先アドレス mailagain@dekyo.or.jp

◎ 気象に関する相談

天気に関すること、気象や予報に関する用語の解説、注意報や警報の基準値、予報細分域や発表状況の解説

名 称	相 談 受 付 方 法	相 談 受 付 日 時
天気相談所	電話 03-5422-1018 耳の不自由な方専用窓口 (FAX) 03-3434-9086 総合閲覧窓口 (要 事前予約) 東京都港区虎ノ門3-6-9 気象庁	電話 (土・日、祝日も実施) 9:00~17:00 FAX (24 時間受信) 対応は平日の 8:30~17:00 窓口での資料閲覧等 9:30~12:00、13:00~17:00 月~金 (年末年始、祝祭日を除く)

【法律相談等の窓口】

◎ 法律相談

◆ 法テラス島根（民事法律扶助相談援助）

相談内容	相談日時	予約方法等	所在地
○ 一般相談 ○ 借金 ○ 金銭トラブル ○ 相続	毎週木曜日 毎月第1・2・3火曜日 13:30~16:40 (第2火曜日は司法書士相談)	0570-078358 受付時間 平日9:00~17:00 (FAX) 0852-23-7802	松江市 南田町60

◆ 市町村等が実施する法律相談（予約制）

名称	電話番号	所在地
松江市民相談窓口【予約制】 (松江市消費・生活相談室) 毎月4回 火曜日 13:15~16:15	0852-55-5148 (FAX) 0852-55-5544	松江市末次町86 松江市役所西エリア1階
ふれあい福祉センター総合相談 (江津市社会福祉協議会) 第2木曜日 13:00~15:00	0855-52-6710 (FAX) 0855-52-2308	江津市江津町1518-1 江津ひと・まちプラザ 「パレットごうつ」2階
雲南市社会福祉協議会「くらしの 相談所」 毎月第2木曜日 13:30~15:30	0854-45-3933 (FAX) 0854-45-2211	雲南市三刀屋町三刀屋1212-3 雲南市社会福祉協議会
飯南町社会福祉協議会相談室 (赤来地区) 偶数月第1木曜日 13:30~15:30	0854-76-2170 (FAX) 0854-76-2086	飯南町野萱1831-2 来島保健センター

◆ 県弁護士会法律相談センター

名称等	相談日時	所在地	予約方法等
○松江法律相談センター (有料)	毎週火曜日 16:00~18:45	松江市母衣町55-4 島根県弁護士会内	予約受付電話 0852-21-3450
○出雲法律相談センター (有料)	毎週火曜日 14:15~17:00	松江市母衣町55-4 (予約受付) ※相談場所は予約時にお知らせ	平日 9:00~12:00 13:00~17:00 (30分、5,000円)
○島前法律相談センター（同一案件で2回目まで無料/3回目以降5,000円）			
西ノ島町	偶数月第2火曜日 14:00~16:30	西ノ島町大字別府56 至誠館	予約受付電話 0852-21-3450
海士町	奇数月第3火曜日 10:30~12:00	海士町大字海士1490 海士町役場1階雑談室1	平日 9:00~12:00 13:00~17:00
知夫村	奇数月第3火曜日 14:15~15:45	知夫村郡776-1 知夫里島開発総合センター島民ホール	(同一案件 3回目 から5,000円)

○石見法律相談センター（同一案件で2回目まで無料）			
浜田市	毎週金曜日 10:00～12:00 13:00～16:00	浜田市殿町22 浜田市北分庁舎1階	予約受付電話 0855-22-4514
石西 定例相談会	第1・3金曜日 10:00～12:00 13:00～16:00	益田市須子町3-1 益田市人権センター あすなる館	
大田 定例相談会	第3金曜日 (6月、9月、3 月を除く) 10:00～12:00 13:00～16:00	大田市大田町大田 イ121-1 おおだふれあい会館 2026.9月以降 大田市人権センター	

◆ 多重債務相談（2回目まで無料）

名 称	電 話 番 号	所 在 地
県弁護士会多重債務無料相談 毎週木曜日 15:00～17:00 第4木曜日は出雲市	0852-21-3450	松江市母衣町55-4 島根県弁護士会内 (松江商工会議所ビル7階)

◆ 中小企業法律支援センター（初回面談30分無料、予約制）

名 称	電 話 番 号	所 在 地
日弁連中小企業法律支援センター (ひまわりほっとダイヤル) 相談日は日程調整の上決定	0570-001-240 (全国共通) 予約受付時間 10:00～12:00 13:00～16:00	松江市母衣町55-4 島根県弁護士会内 (松江商工会議所ビル7階)

◆ 司法書士総合相談センター（無料）

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
県 司 法 書 士 会	電話無料相談（通話は有料） 毎週月・木曜日 12:00～15:00（祝祭日は除く）	0852-60-9211	担当司法書士事務所に転送
	面接無料相談	予約電話番号	
	松江会場（要予約） 毎月第3土曜日 13:00～17:00	0852-60-9211 毎週月・火・木曜日 12:00～15:00	松江市東朝日町49 朝日公民館
	出雲会場（完全予約制） 毎月第2土曜日 奇数月第4木曜日 13:30～16:30	出雲会場のみ予約 0853-21-6682	出雲市今市町70 出雲市役所
	益田会場（予約優先） 毎月第3木曜日 13:00～17:00	予約をされない場合は下 記時間までに起こしくだ さい。	益田市須子町3-1 益田市人権センター あすなる館

海士会場（予約優先） 毎月1回（土曜日） 13:30～17:00	<ul style="list-style-type: none"> ・海士会場… 15:00まで ・知夫会場… 10:00まで ・西ノ島会場…9:30まで <p>出雲会場は完全予約制のため、予約なしの当日面接は行っていません。</p>	海士町大字海士1490 海士町役場
知夫会場（予約優先） 毎月1回（日曜日） 9:00～11:30		知夫村1065 知夫村役場
西ノ島会場（予約優先） 奇数月（日曜日） 8:30～11:00		黒木公民館または 西ノ島町コミュニティ図書館

◆ 司法書士派遣 無料相談所（予約制）

	名 称	電 話 番 号	所 在 地
県司法書士会	松江市「登記相談」 毎月第3木曜日（6月、7月、9月、10月、12月、2月は、第1木曜日と第3木曜日の2回） 13:00～16:00	0852-55-5148 （要予約）	松江市末次町86 松江市役所西エリア1階 消費・生活相談室
	出雲市「無料法律相談」 毎月第2木曜日及び奇数月第4木曜日 13:30～16:30	0853-21-6682	出雲市今市町70 出雲市役所2階 生活・消費相談センター

◆ 司法書士リーガルエイドしまね

	名 称	電 話 番 号	相 談 日 時
その他	電話相談	090-9505-5463	常時受け付けています
	面接相談 毎週土曜日午後	予約電話 090-9505-5463	会場は、主に松江、浜田、出雲です。週によって異なりますので左記にお問い合わせください。

◆ 土地の境界問題に関する相談・調停

名 称	電 話 番 号	相 談 日 時	備 考
島根県土地家屋調査士会 境界問題相談センター島根	0852-61-3113	月～金 10:00～16:00 12:00～13:00、祝祭日は除く	受付面談は無料、相談、調停は手数料が必要

◆ 成年後見制度に関する相談

名 称	電 話 番 号	所 在 地
成年後見センター・リーガルサポート しまね支部	0854-22-1026	松江市殿町383 山陰中央ビル5階

◎ 情報公開請求・個人情報開示請求窓口

◆ 国の機関の情報公開・個人情報開示請求窓口

各行政機関又は下記にお問い合わせください。

名 称	電 話 番 号	相 談 日 時
島根行政監視行政相談センター 情報公開・行政手続制度案内所 平日 9:00~16:45	0852-21-3680	松江市向島町134番10 松江地方合同庁舎2階

◆ 県の情報公開・個人情報開示請求窓口（公安委員会等に係るものを除く）

公文書の公開請求の受付、行政資料の閲覧・貸出し、情報公開制度に関する相談

利用時間 平日 8:30~17:15（12:00~13:00を除く）

名 称	電 話 番 号	相 談 日 時
県政情報センター	0852-22-6139	松江市殿町1 第3分庁舎1階
松江地区県政情報コーナー	0852-32-5600	松江市東津田町1741-1 松江合同庁舎2階
雲南地区県政情報コーナー	0854-42-9505	雲南市木次町里方531-1 雲南合同庁舎1階
出雲地区県政情報コーナー	0853-30-5510	出雲市大津町1139 出雲合同庁舎2階
県央地区県政情報コーナー	0854-84-9572	大田市大田町大田イ236-4 あすてらす2階
浜田地区県政情報コーナー	0855-29-5505	浜田市片庭町254 浜田合同庁舎1階
益田地区県政情報コーナー	0856-31-9500	益田市昭和町13-1 益田合同庁舎2階
隠岐地区県政情報コーナー	08512-2-9797	隠岐の島町港町塩口24 隠岐合同庁舎3階

※ 公安委員会及び県警本部長に係る情報公開請求・個人情報開示請求窓口は、島根県警察情報公開センター（県警本部、電話：0852-26-0110）又は各警察署となります。

※ 市町村に係る情報公開請求・個人情報開示請求は、各市町村の担当課にお問い合わせください。

【その他機関の連絡先】

◎ 国のブロック機関

名 称	電 話 番 号	所 在 地
人事院中国事務局	082-228-1181	広島市中区上八丁堀6-30 広島合同庁舎2号館7階
公正取引委員会事務総局 近畿中国四国事務所中国支所	082-228-1501	広島市中区上八丁堀6-30 広島合同庁舎4号館10階

◎ 国立大学法人

名 称	電 話 番 号	所 在 地
島根大学（松江キャンパス）	(代表) 0852-32-6100	松江市西川津町1060
島根大学（出雲キャンパス）	(代表) 0853-23-2111	出雲市塩冶町89-1

◎ 裁判所

名 称	電 話 番 号	所 在 地
松江地方裁判所 松江家庭裁判所 松江簡易裁判所	(代表) 0852-23-1701	松江市母衣町68
松江地方裁判所出雲支部 松江家庭裁判所出雲支部 出雲簡易裁判所	(代表) 0853-21-2114	出雲市今市町797-2
松江地方裁判所浜田支部 松江家庭裁判所浜田支部 浜田簡易裁判所	(代表) 0855-22-0678	浜田市殿町980
松江地方裁判所益田支部 松江家庭裁判所益田支部 益田簡易裁判所	(代表) 0856-22-0365	益田市幸町6-60
松江地方裁判所西郷支部 松江家庭裁判所西郷支部 西郷簡易裁判所	(代表) 08512-2-0005	隠岐の島町港町指向5-1
松江家庭裁判所雲南出張所 雲南簡易裁判所	(代表) 0854-42-0275	雲南市木次町木次980
松江家庭裁判所川本出張所 川本簡易裁判所	(代表) 0855-72-0045	川本町大字川本340