

人権相談窓口一覧

令和7年10月1日現在

相談種別	内容	機関名	電話番号	備考
人権・同和問題	・人権・同和問題の相談	長崎県人権教育啓発センター	095-826-5115	9:00～17:00 (祝日・年末年始除く)
	・研修の企画・講師紹介等	部落解放同盟長崎県連合会	095-845-4145	月～金 9:00～17:00 (祝日・年末年始除く)
	人権の相談	長崎地方法務局	みんなの人権110番 0570-003110	※受付時間 月～金 (祝日・年末年始を除く) 8:30～17:15
	性的少数者の方や周囲の方の悩み等の相談	LGBT相談デー	090-5939-5095	※受付時間 毎月第3土曜日 9:30～13:00
こころの悩み相談	こころの悩み相談	長崎いのちの電話	095-842-4343	毎日 9:00～22:00 毎月第1・3土曜日 9:00～翌9:00
		いのちの電話(フリーダイヤル)	0120-783-556	毎日 16:00～21:00 毎月10日 8:00～翌8:00
		よりそいホットライン	0120-279-338	24時間(毎日)
		こころの電話	095-847-7867	月～金 (祝日・年末年始除く) 9:00～12:00、13:00～15:15
	緊急の精神医療相談	長崎県精神科救急情報センター	0957-53-3982	24時間(毎日)
	こころの健康やうつ病、依存症(アルコール・薬物・ギャンブル)などの相談や精神科医療機関等の情報提供	長崎市 地域保健課	095-829-1311	月～金 (祝日・年末年始除く) 8:45～17:30
		佐世保市 障がい福祉課	0956-24-1111	月～金 (祝日・年末年始除く) 8:30～17:15
		西海市・長与町・時津町	西彼保健所 095-856-5159	※県立保健所共通 月～金 9:00～17:45 (祝日・年末年始除く)
		諫早市・大村市・東彼杵町・川棚町・波佐見町	県央保健所 0957-26-3306	
		島原市・雲仙市・南島原市	県南保健所 0957-62-3289	
		平戸市・松浦市・佐々町	県北保健所 0950-57-3933	
		五島市	五島保健所 0959-72-3125	※その他各市町保健担当課へお問い合わせ下さい。
		小値賀町・新上五島町	上五島保健所 0959-42-1121	
		壱岐市	壱岐保健所 0920-47-0260	
		対馬市	対馬保健所 0920-52-0166	
		長崎こども・女性・障害者支援センター(精神保健福祉課)	095-846-5115	
青少年・こども	いじめ・不登校・子どもに関する相談	24時間子供SOSダイヤル(親子ホットライン)	0120-0-78310 soudan@news.ed.jp	24時間(毎日)
	こども・若者の総合相談	長崎県子ども・若者総合相談センター(ゆめおす)	095-824-6325	〈来所相談〉 月～水、金、土 10:00～18:00 〈電話相談〉 月～水、金 10:00～22:00 土 10:00～18:00
	少年問題全般の相談	ヤングテレホン(警察)	0120-786714	月～金 9:00～17:45 (祝日・年末年始除く)
	児童および家庭の相談	長崎こども・女性・障害者支援センター(児童相談所)	095-844-6166	月～金 9:00～17:45 ※虐待通告は24時間(年中無休)
		佐世保こども・女性・障害者支援センター	0956-24-5080	月～金 9:00～17:45 ※虐待通告は24時間(年中無休)
		児童相談所相談専用ダイヤル	0120-189-783	月～金 9:00～17:45 ※虐待通告は24時間(年中無休)
		児童相談所虐待対応ダイヤル	189(フリーダイヤル)	児童虐待相談を24時間受付
		親子のための相談LINE	https://www.cfa.go.jp/policies/jidougakutai/oyako-line/	月～金 9:00～17:00
		長崎県ひとり親家庭等自立促進センター(エールながさき)	095-801-4445	月～金 10:00～18:00 (祝日を除く)
		長崎県子どもの貧困総合相談窓口(長崎県ひとり親家庭等自立促進センター)	095-801-2442	月～金 10:00～18:00
	子どもの人権の相談	子どもの人権110番(長崎地方法務局)	0120-007-110	月～金 8:30～17:15
暴力・家庭不和等 (次ページへ続く)	暴力・家庭不和等の相談	長崎こども・女性・障害者支援センター(女性支援課)	女性相談支援センター 095-846-0560 配偶者暴力相談支援センター 095-846-0565	月～金 9:00～17:45 (祝日・年末年始除く)
		佐世保こども・女性・障害者支援センター(佐世保配偶者暴力相談支援センター)	0956-24-5125	月～金 9:00～17:45 (祝日・年末年始除く)
		長崎県男女共同参画推進センターきらりあ	095-822-4730	月～金 9:00～17:00 (祝日・年末年始除く)

相談種別	内容	機関名	電話番号	備考
暴力・家庭不平等	女性の被害などの相談 (ストーカー・DV・性犯罪被害等)	人身安全対策課(警察)	095-820-0110	月～金 9:00～17:45 (祝日・年末年始除く)
		性犯罪被害相談電話(警察)	#8103(ハートさん) 0120-003-682	24時間
		DV相談プラス(全国共通ダイヤル)	0120-279-889	24時間
		DV相談ナビ(全国共通ダイヤル)	#8008(はれれば)	月～金 9:00～17:45
		女性ほっとライン (NPO法人DV防止ながさき)	095-832-8484	<長崎> 月・水 13:00～17:00、19:00～21:00 土 13:00～17:00
			080-2794-8022	<佐世保> 火 17:00～20:00
		性暴力被害者支援サポートながさき (公社)長崎犯罪被害者支援センター	095-895-8856 #8891 (#はやくワン(ストップ)) 0120-8891-77 (フリーダイヤル)	月～金 9:00～17:00 (祝日・年末年始除く) ※上記以外はコールセンターにつながります
	<全国共通ナビダイヤル>	0570-783554	毎日 8:00～21:00 (12月29日～1月3日除く)	
妊娠の相談	にんしんSOS(YELLながさき)	095-801-2443	月～金 10:00～18:00	
男性相談員による男性からの様々な相談	長崎県男女共同参画推進センター きらりあ	095-825-9622	毎月第2・第4水曜日 18:00～21:00 (祝日・年末年始除く)	
障害者	障害(身体・知的・精神)の相談	長崎こども・女性・障害者支援センター	【身体】 095-846-8905	月～金 9:00～17:45 (祝日・年末年始除く)
			【知的】 095-844-6250	
			【精神】 095-846-5115	
		障害者110番 (一般社団法人 長崎県手をつなぐ育成会)	095-846-8730	月～金 9:00～17:00
	長崎県精神障害者団体連合会	095-808-5830	火・金 10:00～15:30	
障害(知的)の相談	佐世保こども・女性・障害者支援センター	0956-24-5272	月～金 9:00～17:45 (祝日・年末年始除く)	
高齢者	高齢者介護や権利擁護などの総合相談	各市町地域包括支援センターへお問い合わせ下さい。		
生活・福祉	生活保護の相談	各県市福祉事務所・各町担当課へお問い合わせ下さい。		
	生活・福祉の心配事相談	各市町社会福祉協議会へお問い合わせ下さい。		
法律	法律相談	長崎県弁護士会	長崎 095-824-3903 佐世保 0956-22-9404	予約・お問合せ 月～金 10:00～16:00
		長崎県司法書士会	面接相談のみ (予約制) 095-823-4895	※予約受付時間 月～金 9:00～17:00 長崎 火・木 13:00～15:00 佐世保 火・木 13:00～17:00 諫早 金 13:00～17:00
	法律サービスの相談窓口情報の提供、経済的に余裕のない方への無料法律相談や弁護士・司法書士費用などの立替	法テラス長崎	0570-078362	月～金 9:00～17:00 (祝日・年末年始除く)
		法テラス・サポートダイヤル(全国版)	情報提供 0570-078374	月～金 9:00～21:00 土 9:00～17:00 (祝日・年末年始除く)
労働	労働問題について、労働者・事業主からの相談	長崎労働局 雇用環境・均等室	095-801-0050	※受付時間 月～金 8:30～17:15 (祝日・年末年始除く)
		男女雇用機会均等法、育児・介護休業法、パートタイム・有期雇用労働法等の相談、ハラスメントの相談		
		長崎労働局 総合労働相談コーナー	095-801-0023	
		職場におけるトラブル(パワーハラスメント等)の相談		
		長崎労働相談情報センター	0120-783-258	月～金 9:00～17:00 (祝日・年末年始除く)
		佐世保労働相談情報センター	0120-783-369	水 10:00～17:00 (祝日・年末年始除く)
		長崎県労働委員会(あつせんによる解決)	095-894-3571	月～金 9:00～17:45 (祝日・年末年始除く)
	労働者からの相談	労働相談ホットライン(九州労働弁護団(長崎県))	よいろうどうGO 0120-41-6105	平日 16:00～22:00
(次ページへ続く)	産業保健スタッフへの支援	長崎産業保健総合支援センター	095-865-7797	相談予約電話 月～金 8:30～17:15

相談種別	内容	機関名	電話番号	備考
労働	不払い残業・不当解雇・長時間労働など	なんでも相談ダイヤル(連合長崎) ※労働関係全般の相談	0120-154052	月～金 10:00～17:00
	仕事(就職)の相談	・ハローワーク長崎 095-862-8609 ・ハローワーク西海 0959-22-0033 ・ハローワーク佐世保 0956-34-8609 ・ハローワーク諫早 0957-21-8609 ・ハローワーク大村 0957-52-8609 ・ハローワーク島原 0957-63-8609 ・ハローワーク江迎 0956-66-3131 ・ハローワーク五島 0959-72-3105 ・ハローワーク対馬 0920-52-8609 ・ハローワーク杵岐 0920-47-0054 ※受付時間 月～金 8:30～17:15 (祝日・年末年始除く)		
消費生活	多重債務等消費生活のトラブルの相談	長崎県消費生活センター	095-824-0999	月～金 9:00～12:00、13:00～17:00 (祝日・年末年始除く)
		※その他各市町にお問い合わせ下さい。		
	悪質商法・振り込み詐欺に関する通報・相談	悪質商法110番	0120-110874	月～金 9:00～17:00 (祝日・年末年始除く) (不在の場合あり)
		二重電話詐欺被害防止110番		月～金 9:00～17:45 (祝日・年末年始除く) ※上記以外は留守番電話対応
金融・経営	貸金業の相談	長崎県食品安全・消費生活課	095-895-2318	月～金 9:00～17:45 (祝日・年末年始除く)
		日本貸金業協会 長崎県支部	0570-051-051	月～金 9:00～17:00 (祝日・年末年始除く)
	中小企業向け制度資金の相談	長崎県中小企業団体中央会	095-826-3201	月～金 9:00～17:30
		長崎県信用保証協会	長崎 095-822-9171	月～金 9:00～17:15
			佐世保 0956-23-3295	月～金 9:00～17:15
経営安定	経営不振に陥った中小企業者からの相談	・長崎県商工会連合会 095-824-5413 ・長崎商工会議所 095-822-0111 ・佐世保商工会議所 0956-22-6121 ・島原商工会議所 0957-62-2101 ・諫早商工会議所 0957-22-3323 ※受付時間 月～金 9:00～17:00 (祝日・年末年始除く)		
犯罪・暴力・犯罪被害	暴力団の不当要求などの相談	暴力追放テレホン	0120-110874	24時間(当直対応)
		公益財団法人 長崎県暴力追放運動推進センター	095-825-0893	月～金 9:00～17:00 (祝日・年末年始除く)
	犯罪被害者やその家族に対し、法制度や被害者支援団体、支援に精通した弁護士の紹介等の情報提供	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	0120-079714	月～金 9:00～21:00 土 9:00～17:00 (祝日・年末年始除く)
	事件・事故・性暴力被害にあわれた方や、ご家族からの相談	公益社団法人 長崎犯罪被害者支援センター	犯罪被害全般 095-820-4977	月～金 9:30～17:00 (祝日・年末年始除く)
			性暴力被害専用 095-895-8856	
			#8891 (#はやくワン (ストップ)) 0120-8891-77 (フリーダイヤル) 全国共通ナビダイヤル 0570-783-554	月～金 9:00～17:00 (祝日・年末年始除く) ※上記以外はコールセンターにつながります 毎日 8:00～21:00 (12/29～1/3除く)
虐待・社会福祉施設関係	虐待(障害者・児童・高齢者)通報・届出や社会福祉施設における苦情等の相談	専用フリーダイヤル	0120-294210	※受付時間 月～金 9:00～17:45 (祝日・年末年始除く)
		使用者(会社・企業等)による障害児・者虐待等ボタン①を押してください		
		障害児・者福祉施設内虐待及び障害福祉施設に対する苦情等ボタン②を押してください		
		児童虐待(障害児を含む)ボタン③を押してください		
		高齢者虐待及び老人福祉施設に対する苦情等ボタン④を押してください		
交通事故	損害賠償・過失程度・示談自賠責保険の請求等の交通事故相談	長崎県交通事故相談所	095-895-2342	月～金 9:00～12:00、13:00～16:00 (祝日・年末年始除く)
薬物乱用	薬物乱用等の相談	薬物110番	0120-110874	24時間(当直対応)
SNS相談	SNS相談事業	こことこころのほっとライン@ながさき https://lin.ee/drEBM9u		県内に居住・通勤・通学されている方を対象にSNSで相談できる窓口を開設しています。 対応期間: R6.4.1～R7.3.31 対応時間: 18:00～22:00(受付は21:30まで)
		スクールネット@伝えんば長崎 http://line.me/R/ti/p/%40654mzvyk		県内の中高生を対象としたLINE、WEB相談。 「いじめられている」、「学校にいきたくない」等心配したり、悩んでいることについて24時間いつでも相談できます。
		その他のSNS相談 https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/		厚生労働省ホームページをご覧ください。 キーワードは「まもろうよ こころ」で検索。
その他	自死遺族からの相談	長崎こども・女性・障害者支援センター	095-846-5115	月～金 9:00～17:45 (祝日・年末年始除く)
	警察安全相談	警察安全相談室	095-823-9110	24時間(当直対応)
	警察安全相談(高齢者対象)	警察安全相談室	095-823-4165	24時間(当直対応)
	インターネット上の自殺予告事案等の相談	警察安全相談	095-820-0110	24時間(当直対応)