

3 困ったときの相談窓口

◇働くこと全般の悩みごと相談（職場でのいじめや労働条件等のトラブルなど）

名 称	所 在 地	電話番号
岡山労働局 総合労働相談コーナー	岡山市北区下石井1-4-1 岡山第2合同庁舎3F	086-225-2017
岡山総合労働相談コーナー	岡山市北区大供2-11-20 岡山労働基準監督署内	086-283-4540
倉敷総合労働相談コーナー	倉敷市大島407-1 倉敷労働基準監督署内	086-484-8641
津山総合労働相談コーナー	津山市山下9-6 津山労働総合庁舎2F 津山労働基準監督署内	0868-22-7157
笠岡総合労働相談コーナー	笠岡市笠岡5891 笠岡労働総合庁舎4F 笠岡労働基準監督署内	0865-62-4196
和気総合労働相談コーナー	和気郡和気町福富313 和気労働基準監督署内	0869-93-1358
新見総合労働相談コーナー	新見市新見811-1 新見労働基準監督署内	0867-72-1136

◇労使間トラブルの相談（職場のトラブル解決に第三者の支援をお願いしたい）

名 称	所 在 地	電話番号
岡山労働局 総合労働相談コーナー	岡山市北区下石井1-4-1 岡山第2合同庁舎3F	086-225-2017
岡山県労働委員会事務局	岡山市中区小橋町1-1-25 岡山県庁小橋町庁舎2F	086-226-7563

◇賃金、労働時間、労働安全衛生などの労働条件についての相談

名 称	所 在 地	電話番号
岡山労働基準監督署	岡山市北区大供2-11-20	086-225-0591
倉敷労働基準監督署	倉敷市大島407-1	086-422-8177
津山労働基準監督署	津山市山下9-6 津山労働総合庁舎2F	0868-22-7157
笠岡労働基準監督署	笠岡市笠岡5891 笠岡労働総合庁舎4F	0865-62-4196
和気労働基準監督署	和気郡和気町福富313	0869-93-1358
新見労働基準監督署	新見市新見811-1	0867-72-1136

◇セクハラ、育児・介護と仕事の両立、パート労働についての相談

名 称	所 在 地	電話番号
岡山労働局雇用環境・均等室	岡山市北区下石井1-4-1 岡山第2合同庁舎3F	086-225-2017

◇失業したとき、再就職、仕事を探すときの相談
(職業訓練や技能の修得、職業能力開発についての相談)

名 称	所 在 地	電話番号
岡山公共職業安定所	岡山市北区野田1-1-20	086-241-3222
ハローワークプラザ岡山	岡山市北区本町6-36 第一セントラルビル1号館7F	086-222-2900
津山公共職業安定所	津山市山下9-6	0868-22-8341
〃 美作出張所	美作市林野67-2	0868-72-1351
倉敷中央公共職業安定所	倉敷市笹沖1378-1	086-424-3333
〃 総社出張所	総社市中央3-15-111	0866-92-6001
〃 児島出張所	倉敷市児島小川町3672-16	086-473-2411
玉野公共職業安定所	玉野市築港2-23-12	0863-31-1555
和気公共職業安定所	和気郡和気町和気481-10	0869-93-1191
〃 備前出張所	備前市東片上227	0869-64-2340
高梁公共職業安定所	高梁市段町1004-13	0866-22-2291
〃 新見出張所	新見市高尾2379-1	0867-72-3151
笠岡公共職業安定所	笠岡市笠岡5891	0865-62-2147
西大寺公共職業安定所	岡山市東区河本町325-4	086-942-3212
おかやま新卒応援 ハローワーク	岡山市北区本町6-36 第一セントラルビル1号館7F	086-222-2904
倉敷わかものハローワーク	倉敷市笹沖1274-1 ゆめタウン倉敷 駐車場内別館	086-430-0705
おかやまマザーズ ハローワーク	岡山市北区本町6-36 第一セントラルビル1号館7F	086-222-2905
おかやま就職応援センター	岡山市中区古京町1-7-36 岡山県庁分庁舎3F 労働雇用政策課内	086-226-7313

◇労働者派遣についての相談

名 称	所 在 地	電話番号
岡山労働局職業安定部 需給調整事業室	岡山市北区下石井1-4-1 岡山第2合同庁舎3F	086-801-5110

◇若年求職者の就職全般についての相談や援助

名 称	所 在 地	電話番号
ジョブカフェおかやま(おか やま若者就職支援センター) 岡山センター	岡山市北区本町6-36 第一セントラルビル1号館7F	086-236-1515
ジョブカフェおかやま(おか やま若者就職支援センター) 倉敷相談室	倉敷市西中新田620-1 倉敷市庁舎西側第2分室1F	086-434-2321
ジョブカフェおかやま(おか やま若者就職支援センター) 津山相談室	津山市山下92-1 津山圏域雇用労働センター1F	0868-23-0850

◇無職の若者（15-概ね50歳）で働くことに不安や悩みを抱える方の相談支援

名 称	所 在 地	電話番号
おかやま地域若者 サポートステーション	岡山市北区野田屋町1-6-20 せとうちビルⅡ4階	086-224-3038
くらしき地域若者 サポートステーション	倉敷市阿知1-7-2 くらしきシティプラザ西ビル5階	086-486-5162

◇障害のある人の就業・職場定着についての相談援助

名 称	所 在 地	電話番号
岡山障害者就業・生活支援 センター	岡山市北区祇園866	086-275-5697
倉敷障がい者就業・生活支 援センター	倉敷市笹沖180 くらしき健康福祉プラザ1F	086-434-9886
津山障害者就業・生活支援 センター	津山市川崎1554	0868-21-8830
たかはし障害者就業・生活 支援センター	高梁市中原町1476-1	0866-56-1320

◇全国健康保険協会管掌の健康保険などについての相談

名 称	所 在 地	電話番号
全国健康保険協会 岡山支部	岡山市北区本町6-36 第一セントラルビル1号館8F	086-803-5780

◇厚生年金保険についての相談

名 称	所 在 地	電話番号
岡山東年金事務所	岡山市中区国富228	086-270-7925
岡山西年金事務所	岡山市北区昭和町12-7	086-214-2163
倉敷東年金事務所	倉敷市老松町3-14-22	086-423-6150
倉敷西年金事務所	倉敷市玉島1952-1	086-523-6395
津山年金事務所	津山市田町112-5	0868-31-2360
高梁年金事務所	高梁市旭町1393-5	0866-21-0570

◇多重債務、悪質商法、その他消費生活に関するトラブルについての相談

名 称	所 在 地	電話番号
消費者ホットライン (最寄りの消費生活相談 窓口等に接続します)	各市町村役場、消費生活センター等	188 (全国共通、局番なし)
岡山県消費生活センター (火曜日～日曜日開所)	岡山市北区南方2-13-1 きらめきプラザ5F	086-226-0999
岡山県消費生活センター 津山分室 (月曜日～金曜日開所)	津山市山下53 岡山県美作県民局別館1F 相談室内	0868-23-1247

◇職業能力開発施設

名 称	所在地	電話番号
南部高等技術専門校（南部校）	倉敷市新田 3241	086-424-3311
北部高等技術専門校（北部校）	津山市川崎 953	0868-26-1125
北部高等技術専門校美作校（美作校）	美作市安蘇 345	0868-72-0453
独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援 機構 岡山支部 岡山職業能力開発促進センター （ポリテクセンター岡山）	岡山市北区田中 580	086-241-0067
中国職業能力開発大学校（中国能開大）	倉敷市玉島長尾 1242-1	086-526-0321
国立吉備高原職業 リハビリテーションセンター （※障害のある方が対象）	加賀郡吉備中央町吉川 7520 （吉備高原都市）	0866-56-9000

◇配偶者や交際相手からの暴力等についての相談

名 称	相談受付時間		電話番号
岡山県女性相談所 DV 夜間電話相談	月～金曜日	9:00 ～ 16:30	086-235-6060
	月～金曜日	16:30 ～ 20:00	086-235-6101
岡山県男女共同参画推進センター （ウィズセンター） 一般相談専用電話 男性相談専用電話	火～土曜日	9:30 ～ 16:30	086-235-3310
	第2金曜日	17:00 ～ 20:00	086-221-1270
岡山市男女共同参画相談支援センター （相談ほっとライン）	月・水～土曜日	10:00 ～ 19:30	086-803-3366
	日曜・祝日	10:00 ～ 16:30	
倉敷市男女共同参画推進センター （ウィズアップくらしき）	火～土曜日	9:00 ～ 17:30	086-435-5670
津山配偶者暴力相談支援センター	月・水～金曜日	10:00 ～ 18:00	0868-31-2552
	土・日曜日	10:00 ～ 17:00	
玉野市男女共同参画相談支援センター	月～金曜日	8:30 ～ 16:00	0863-33-7867
笠岡市男女共同参画相談支援センター （てらすセンター）	月・水曜日 （祝日の場合は曜日）	13:00 ～ 17:00	0865-62-5769
新見市男女共同参画プラザ	水～金曜日	9:15 ～ 17:15	0867-72-6159
岡山県備前県民局健康福祉部	月～金曜日	9:00 ～ 16:30	086-272-3989
岡山県備中県民局健康福祉部	月～金曜日	9:00 ～ 16:30	085-434-7023
岡山県美作県民局健康福祉部	月～金曜日	9:00 ～ 16:30	0868-23-0113
岡山弁護士会（女性人権センター）	月～金曜日	9:00 ～ 17:00	086-223-4401

※祝日・年末年始（12月29日～1月3日）を除く（岡山市は祝日実施）

DV 休日電話相談 社会福祉法人クムレ	日曜・祝日・ 年末年始 （12/29～1/3）	9:30 ～ 16:30	086-441-1899
各警察署でも相談を受け付けています。 緊急時は 110 番へ			

◇自殺についての相談

名 称	所在地・相談受付時間	電話番号
厚生労働省 こころの健康相談統一ダイヤル (最寄りの公的な相談機関に接続します)	月～金 9:30～12:00 13:00～16:00 18:30～22:30 (22:00まで受付)	0570-064-556
岡山県精神保健福祉センター こころの相談窓口 (岡山市以外)	岡山市北区厚生町3-3-1 ・こころの電話相談 月・水・木 9:30～12:00 13:00～16:00	086-201-0828
	・岡山県自殺対策推進センター 火・金 9:30～12:00 13:00～16:00	086-224-3133
岡山市こころの健康センター こころの相談窓口 (岡山市)	岡山市北区鹿田町1-1-1 ・こころの電話相談 月～金 9:00～12:00 13:00～16:00	086-803-1274
	・岡山市自殺対策推進センター 月～金 9:00～12:00 13:00～17:15	086-803-1273
岡山いのちの電話	年中無休 24時間対応 毎月10日 8:00～翌8:00 (24時間無料)	086-245-4343 0120-783-556

○こころの健康に関する相談

名 称	所在地・相談受付時間	電話番号
厚生労働省 こころの健康相談統一ダイヤル (最寄りの公的な相談機関に接続します)	月～金 9:30～12:00 13:00～16:00 18:30～22:30 (22:00まで受付)	0570-064-556
岡山県精神保健福祉センター こころの相談窓口 (岡山市以外)	岡山市北区厚生町3-3-1 ・こころの電話相談 月・水・木 9:30～12:00 13:00～16:00	086-201-0828
	・岡山県自殺対策推進センター 火・金 9:30～12:00 13:00～16:00	086-224-3133
岡山市こころの健康センター こころの相談窓口 (岡山市)	岡山市北区鹿田町1-1-1 ・こころの電話相談 月～金 9:00～12:00 13:00～16:00	086-803-1274
	・岡山市自殺対策推進センター 月～金 9:00～12:00 13:00～17:15	086-803-1273
倉敷市保健所(倉敷市)	倉敷市笹沖170	086-434-9823
備前保健所(玉野市・瀬戸内市・吉備中央町)	岡山市中区古京町1-1-17	086-272-3934
備前保健所東備支所(備前市・赤磐市・和気町)	和気郡和気町和気487-2	0869-92-5180
備中保健所(総社市・早島町)	倉敷市羽島1083	086-434-7057
備中保健所井笠支所(笠岡市・井原市・浅口市・里庄町・矢掛町)	笠岡市六番町2-5	0865-69-1675
備北保健所(高梁市)	高梁市落合町近似286-1	0866-21-2836
備北保健所新見支所(新見市)	新見市高尾2400	0867-72-5691
真庭保健所(真庭市・新庄村)	真庭市勝山591	0867-44-2990
美作保健所(津山市・鏡野町・久米南町・美咲町)	津山市椿高下114	0868-23-0145
美作保健所勝英支所(美作市・勝央町・奈義町・西粟倉村)	美作市入田291-2	0868-73-4054