

相談窓口一覧 ～1人で悩むより、まず相談を～



もしあなたが悩みを抱えていたら、ぜひ相談してください。

大切な人が悩みを抱えていることに気づいたら、声をかけてみてください。

そして、その人が悩みを話してくれたら、話をそらしたり、「そんなことで」と否定したり、安易に励ましたりせず、じっくりと話を聴いて、相談窓口を紹介してあげてください。

その後も、「何かあったらまた話して」と寄り添い、温かく見守ってあげてください。



岩手県保健福祉部障がい保健福祉課作成(令和8年4月1日現在)

※受付時間等については、祝日・年末年始を除く場合があります。

【相談内容・分野別】

分野	相談内容	相談窓口	電話番号等	受付時間等
経済	商品・サービスの契約に関するトラブル、多重債務について	岩手県立県民生活センター(消費生活相談)	019-624-2209	月～金 9:00～17:30、土・日 10:00～16:00 (祝日・年末年始を除く)
	多重債務などのお金の悩みについて	信用生協 お金の悩みホットライン	0120-979-874	月～金 9:00～18:00 (発信地域は岩手県内限定)
	くらしとお金のなやみについて	信用生協「くらしとお金のなやみ」チャット相談(LINE)(岩手県民専用)		月～金 9:00～16:00(祝日を除く)
	貸金業に関する相談	日本貸金業協会岩手県支部	①019-651-2767 ②0570-051-051 (相談・紛争解決センター、全国ナビダイヤル)	①月～金 9:30～17:30 (貸付自粛制度をご利用の方は事前にお問い合わせください) ②月～金 9:00～17:00 (①②祝休日・年末年始休業日を除く)
	靈感商法等に関するさまざまな悩みについて	靈感商法等対応ダイヤル	0120-005931	月～金 9:30～17:00
	銀行について	銀行とりひき相談所	019-622-1842	月～金 9:00～17:00(祝日、12/31～1/3を除く)
	経営について	岩手県商工会議所連合会	019-624-5880	月～金 9:00～17:00
		岩手県商工会連合会	019-622-4165	
		岩手県中小企業団体中央会	019-624-1363	
		岩手県中小企業活性化協議会	019-604-8750	
	中小企業における年末の資金繰りについて	年末商工金融110番	019-629-5542	11月1日～12月31日の月～金 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)