

2025年改訂版

人権相談窓口

ハンドブック



ゆいばる

姫路市人権啓発センター

も く じ

- 人権問題全般 …………… P.2
- 医療・保健 …………… P.22
- 市民・県民相談 …………… P.4
- 生活保護・生活困窮者等 …… P.23
- 法律相談 …………… P.5
- 若者自立支援 …………… P.23
- 女性・男性・性的少数者 …… P.6
- 労働・雇用 …………… P.24
- 子ども …………… P.9
- 犯罪被害者 …………… P.27
- 高齢者 …………… P.13
- インターネット …………… P.28
- 障害のある人 …………… P.15
- 部落差別(同和問題) …… P.18
- 外国人 …………… P.19

【相談方法】

-  …電話相談
-  …FAXで相談
-  …面接相談
-  …手紙で相談
-  …電子メールまたはWEBで相談

【その他】

-  …相談ができる日時
-  …相談場所
-  …通話料無料(携帯電話からはつながらない場合があります)

※特に記載のある場合を除いて年末年始(12月29日～1月3日)は休みです。
※特に記載のある場合を除いて相談は無料です。
※「予約制」と記載のあるものは、事前に電話での予約が必要です。
※記載内容は令和7年2月1日現在のものです。

人権問題全般

特設人権相談所

開催日時	開催場所
毎月第1木曜日 13:00～16:00	姫路市人権啓発センター イーグレひめじ4階 TEL 079-282-9801
毎月第2木曜日 13:00～16:00	姫路市市民相談センター 市役所1階 TEL 079-221-2102
毎月第3水曜日 13:30～15:30	姫路市安富事務所 TEL 0790-66-2300
毎月第4木曜日 13:00～16:00	姫路市駅前市役所 キャスパ3階 TEL 079-288-1177
5月・12月(日時は未定)	姫路市坊勢サービスセンター TEL 079-327-1001 又は姫路市家島事務所 TEL 079-325-1001

法務大臣の委嘱を受けた人権擁護委員が、人権問題について相談に応じます。

*ただし、祝日は除きます。

姫路市人権啓発課

TEL 079-221-2376 FAX 079-221-2334

☎ 月～金曜(祝日を除く) 8:35～17:20 *令和7年7月から9:00～17:00に変更となります。

📍 〒670-8501 姫路市安田4丁目1 姫路市役所4階

電子メールで相談 jinkenkeihatu@city.himeji.lg.jp

姫路市人権啓発センター「ゆいぱる」

TEL 079-282-9801 FAX 079-282-9820

☎ 毎日(12月28日～1月4日と臨時休館日(月1回)を除く) 9:00～17:00

📍 〒670-0012 姫路市本町68-290 イーグレひめじ4階

電子メールで相談 keihatucenter@city.himeji.lg.jp

人権問題

市民
相談
県民

法律相談

女性
性的少数者

子ども

高齢者

障害のある人

同和問題
(部落差別)

外国人

医療
保健

生活保護
生活困難者等

若者自立
支援

労働
雇用

犯罪
被害者

インターネット

全般
人権問題

相談
市民・
県民

法律
相談

女性・
性的
少数者

子ども

高齢者

障害
のある
人

部落
差別
問題

外国人

医療
保健

生活
保護・
生活
困難者
等

支援
若者
自立

労働
雇用

犯罪
被害者

インターネット

(公財)兵庫県人権啓発協会

TEL 078-891-7877

☎ 月～金曜（祝日を除く） 9:00～12:00、13:00～17:00
📍 〒650-0003 神戸市中央区山本通4丁目22-15 県立のじぎく会館内
電子メールでの相談は、HP内の専用フォームより送信

さまざまな人権問題について相談に応じています。
また、インターネット上の誹謗中傷等について、毎週木曜日の15時～17時に弁護士による無料相談を実施しています。（*面談をご希望の方は要予約）

神戸地方法務局姫路支局

みんなの人権110番

TEL 0570-003-110（全国共通人権相談ダイヤル）

☎ 月～金曜（祝日を除く） 8:30～17:15
📍 姫路市北条1丁目250 神戸地方法務局姫路支局1階

電話は、おかけになった場所の最寄りの法務局・地方法務局につながり、相談は、法務局職員又は人権擁護委員がお受けします。

インターネット人権相談受付窓口

パソコン、携帯電話、スマートフォン共通

<https://www.jinken.go.jp/>



相談フォームに氏名、住所、相談内容等を入力して送信すると、最寄りの法務局・地方法務局から後日メール又は電話で回答します。

市民・県民相談

市民相談

TEL 079-221-2102

① 月～金曜（祝日を除く） 9:00～12:00、13:00～17:00

* 受付は16:00まで。電話でのお問い合わせは17:00まで。

📍 市民相談センター（姫路市役所1階）

どこで聞けばよいかわからないとき、困ったことが起こったとき、一緒に解決の糸口を見つけましょう。

さわやか県民相談

 0120-27-7830（携帯電話及び県外からは利用できません。）

① 月～金曜（祝日を除く） 9:00～17:30

（12:00～13:00は電話相談のみ対応）

📍 〒670-0947 姫路市北条1丁目98 中播磨県民センター

県政や日常に関わる相談を受け付けています。

警察相談専用電話

TEL #9110もしくは078-361-2110 FAX 078-341-2110

① 月～金曜（祝日、12月29日～1月3日を除く） 9:00～17:00

* 兵庫県警察ホームページ内の専用フォームより送信

警察への相談、意見、要望を受け付けています。



全般
人権問題

相談
市民・県民

法律相談

女性・男性
性的少数者

子ども

高齢者

障害のある人

（部落差別
同和問題）

外国人

医療・保健

生活保護・
生活困難者等

支援
若者自立

労働・雇用

被害者
犯罪者

インターネット

人権問題
全般

市民
相談
市民
県民

法律相談

女性
性的少数者

子ども

高齢者

障害のある人

部落差別
(同和問題)

外国人

医療保健

生活保護・生活困窮者等

若者自立支援

労働雇用

犯罪被害者

インターネット

法律相談

弁護士による法律相談 **面**

① 火～金曜（祝日を除く） 9:30～11:30 *予約制。

*相談を希望される日の前日（土・日曜日・祝日を除く）の9時から電話にて予約受付。先着6名。

*一人（組）当たりの相談時間は20分。1つの案件につき1回限り。

📍 市民相談センター（姫路市役所1階）

相談内容に関して法律的な判断が必要な事柄について、無料法律相談が受けられます。

*希望者は、まず市民相談センター（079-221-2102）へ電話で問い合わせてください。

*申し込みは姫路市民（在勤含む）に限られています。

法テラス姫路（日本司法支援センター兵庫地方事務所姫路支部） **面**

面談による無料法律相談（予約制）

TEL 0570-078336（ナビダイヤル）

① 月・木曜（祝日を除く） 13:30～16:30

火・金曜（祝日を除く） 10:00～12:00、13:30～16:30

資力基準を満たす方のみ対象。刑事事件は対象外。弁護士または司法書士が担当します。また、面談や電話により、お問い合わせの内容に応じた法制度や手続き、関係機関の相談窓口をご案内します。



女性・男性・性的少数者

姫路市男女共同参画推進センター “あいめっせ” ☎ 面

●女性のための相談室

心やからだ、家族、職場の人間関係など、女性が抱えるさまざまな悩みや問題を、女性相談員がお聴きします。

あなたらしい生き方を選ぶ道のりをサポートし、必要な情報を提供します。

電話相談 TEL 079-287-0801

* 40分程度。

面接相談(予約制) TEL 079-287-0807

* 50分程度。

法律相談(予約制)

* 女性弁護士による面接相談。30分程度。

* 上記面接相談で、問題点を整理したうえでの予約となります。

※詳しい内容・日時についてはホームページまで。



●男性のための電話相談

家庭やパートナー、子どもとの関係、職場での人間関係、また、からだや心の疲れなど男性が抱えるさまざまな悩みに、男性の相談員が応じます。

電話相談 TEL 079-287-0804

☎ 原則として毎月第2火曜 17:00～19:00

* 30分程度。

姫路市配偶者暴力相談支援センター ☎ 面

TEL 079-221-1532

☎ 月～金曜(祝日を除く) 8:50～17:20 * 令和7年7月から9:00～17:00に変更となります。

女性相談支援員がDV相談・婦人相談に応じるほか、一時保護に関する相談や保護命令の申し立て、自立のために必要な支援を行います。

全般
人権問題

相談
市民
県民

法律相談

女性・男性
性的少数者

子ども

高齢者

障害のある人

(部落差別)
同和問題

外国人

医療
保健

生活保護・
生活困難者等

支援
若者自立

労働・
雇用

被害者
犯罪者

インターネット

全般
人権問題

相談
市民
県民

法律相談

女性
性的少数者

子ども

高齢者

障害のある人

部落差別
(同和問題)

外国人

医療保健

生活困窮者等
生活保護

若者自立
支援

労働雇用

犯罪被害者

インターネット

兵庫県女性家庭センター

悩みのほっとライン TEL 078-732-7700

◎ 毎日 9:00～21:00(土・日・祝日も)

配偶者などからの暴力に関する相談や、女性の悩みについて、匿名で電話相談に応じます。

兵庫県立男女共同参画センター・イーブン

●女性のためのなやみ相談  

家族との関わり、職場での人間関係、子育て・介護等に関し、相談者自らが今後の生き方を選択できるように、女性の心理カウンセラーが、情報提供や気持ち・考え方の整理のお手伝いをします。

電話相談 TEL 078-360-8551

◎ 月～土曜(祝日・12月28日～1月4日を除く) 9:30～12:00、13:00～16:30

面接相談(予約制) TEL 078-360-8554 (予約専用電話)

◎ 月～金曜 9:40～18:40

土曜 9:40～16:20

(祝日・12月28日～1月4日を除く)

📍 神戸市中央区東川崎町1-1-3 神戸クリスタルタワー7階

●男性のための相談 

男性臨床心理士が、家庭や職場での人間関係、子育てや介護、定年後の生き方についての悩みなど、匿名で相談に応じます。

電話相談 TEL 078-360-8553

◎ 原則、毎月第1、第3火曜(祝日・12月28日～1月4日を除く) 17:00～19:00

兵庫県警察本部

ストーカー・DV相談 TEL 078-371-7830

◎ 24時間相談を受け付けています。毎日(年末年始も)相談対応しています。

ストーカーやDV事案の内容に応じて、防犯指導や自衛手段など対応策をお教えするとともに、必要な場合には、相手方に警告するなどして、被害者の支援を行っています。

性犯罪被害110番

TEL 0120-57-8103 (こころの悩み ハートさん)

④ 24時間受付 女性警察官が対応

※平日の夜間及び、土・日・祝日に限り、女性警察官が用件中で電話にでられない場合、相談者のご意向を確認のうえ、男性警察官が対応します。

性犯罪被害相談電話全国共通番号「#8103(ハートさん)」

TEL #8103 (ハートさん)

この番号におかけいただくと、発信場所を管轄する都道府県警察の性犯罪被害相談電話につながります。

または最寄りの警察署まで

姫路警察署 TEL 079-222-0110

飾磨警察署 TEL 079-235-0110

網干警察署 TEL 079-274-0110

法務局

女性の人権ホットライン TEL 0570-070-810

④ 月～金曜(祝日を除く) 8:30～17:15

DVをはじめとする女性に対する暴力、セクハラ、ストーカー行為などの女性に関わる人権問題に関する電話相談。

兵庫県LGBT電話相談

TEL 050-3637-7521

④ 毎週土曜 18:00～21:00

*面談をご希望の方は要予約

性的指向、性自認、性表現、SOG Iハラなどについて、LGBT支援団体の専門スタッフがお受けします。ご本人、ご家族、ご友人、教員の方などごなたでも相談できます。

全般
人権問題

相談
市民
県民

法律相談

性的少数者
女性
男性

子ども

高齢者

ある人
障害の

(同和差別
問題)

外国人

医療
保健

生活保護・
生活困難者等

支援
若者自立

労働・雇用

被害者

ネット
Twitter

人権問題
全般

市民・県民
相談

法律相談

女性・男性
性的少数者

子ども

高齢者

障害のある人

部落差別
(同和問題)

外国人

医療・保健

生活保護・
生活困難者等

若者自立
支援

労働・雇用

犯罪被害者

インターネット

子ども

姫路市立総合教育センター育成支援課

TEL 079-224-5843

電話相談

- ① 月～金曜（祝日を除く） 9:00～17:00 受付は16:00まで
第1・3土曜は、9:00～17:00 受付は16:00まで
第2・4金曜は、21:00まで 受付は20:00まで

来所相談（予約制）

- ① 月～金曜（祝日を除く） 10:00～18:00
- ② 姫路市北条口3丁目29

姫路市在住の3歳から18歳までの幼児・児童及び生徒、少年等に関する教育相談（不登校・問題行動・発達における悩み等）を受け付けています。専門的知識を持つスタッフが電話や面接等により相談にお応えします。

子どものしつけや子育て、教育に関することなど、保護者や教師からの相談はもちろん、子ども本人からの相談にも応じています。

姫路市こども支援課

ひとり親家庭等相談 TEL 079-221-2132

- ① 月～金曜（祝日を除く） 8:50～17:20 *令和7年7月から9:00～17:00に変更となります。
- ② 姫路市役所2階 ひとり親支援担当

母子・父子自立支援員が、ひとり親家庭などの日常生活上の悩みや子どもの養育などに関する相談に応じます。

姫路市子育て支援室

TEL 079-221-2066

- ① 月～金曜（祝日を除く） 8:35～17:20 *令和7年7月から9:00～17:00に変更となります。
- ② 姫路市安田3丁目1番地 姫路市総合福祉会館3階

子育てやしつけなど、18歳未満の子どもに関する家庭内のさまざまな問題について、保育士や保健師等の専門職が相談に応じます。

姫路市教育委員会人権教育課

TEL 079-221-2778

🕒 月～金曜（祝日を除く） 8:35～17:20 *令和7年7月から9:00～17:00に変更となります。

📍 姫路市役所 北別館4階

学校教育（人権教育）に関する相談に応じています。

兵庫県教育委員会

●ひょうごっ子悩み相談

いじめ、不登校、友人関係や進路、体罰だけでなく子どものSOS全般について児童生徒や保護者などの相談に応じ、県内の幼児、児童生徒のこころの悩みなどの解消や子どものSOSの早期発見を図っています。

①ひょうごっ子悩み相談

（ひょうごっ子くいじめ・体罰・子ども安全・不登校）相談24時間ホットライン）

電話相談

 0120-0-78310 🕒 24時間

 0120-783-111 🕒 月～金曜（祝日を除く） 9:00～17:00

面接相談（予約制）

🕒 月～金曜（祝日を除く） 9:00～17:00

📍 心の教育推進センター

②ひょうごっ子悩み相談分室（播磨西教育事務所）

西播磨、中播磨地域

ひょうごっ子くいじめ・体罰・子ども安全・不登校）相談・通報窓口

電話相談・面接相談（予約制） TEL 079-224-1152

🕒 月～金曜（祝日を除く） 9:00～17:00

全般
人権問題

相談
市民
県民

法律相談

女性
性的少数者
男性

子ども

高齢者

障害者
ある人

（部落差別
同和問題）

外国人

医療
保健

生活保護
生活困難者等

支援
若者自立

労働
雇用

犯罪
被害者

インターネット

兵庫県姫路こども家庭センター

面接相談(原則電話予約)

TEL 079-297-1261 FAX 079-298-1895

🕒 月～金曜(祝日を除く) 9:00～17:00

📍 姫路市新在家本町1丁目1-58

18歳未満の子どもに関して専門的な知識や技術を必要とする相談に応じます。

児童虐待防止24時間ホットライン TEL 079-294-9119

時間外の緊急性の高い児童虐待等の通告や相談に応じます。

児童相談所全国共通ダイヤル TEL 189

全国共通ダイヤルにかけるとお近くの児童相談所につながります。



兵庫県警察本部

少年相談室(ヤングトーク)

 **0120-786-109** **FAX 078-351-7829**

☎ 月～金曜(祝日を除く) 9:00～17:00

上記時間外及び、土日祝日は留守番電話となります。

少年の問題行動に悩む保護者や被害にあった少年等を支援するため、少年相談専門員が、下記の相談に応じています。

*いじめ、暴力などの被害、万引、怠学

*家出、無断外泊、SNSの不適切な使用などの問題行動

法務局

こどもの人権 110 番

 **0120-007-110**

☎ 月～金曜(祝日を除く) 8:30～17:15

いじめ、親から虐待をされている、親には言えない、誰に相談していいかわからない…そんな苦しみを持っていたら一人で悩まずお電話ください。

法務局職員または人権擁護委員が皆さんの話を聞いてどうしたらいいか一緒に考えます。

兵庫県ヤングケアラー・若者ケアラー相談窓口

TEL 078-894-3989

電子メール相談 yc@hacsw.or.jp

*ラインで相談(二次元バーコードからアクセスしてください)

☎ 月・水・木・金曜 9:30～16:30

火曜 11:30～18:30

*いずれも祝日を除く



家族の世話や見守りなどを行うヤングケアラー、若者ケアラーからの相談を受け付けます。

全般
人権問題

相談
市民・県民

法律相談

性的少数者
女性・男性

子ども

高齢者

障害のある人

(同和差別)

外国人

医療・保健

生活保護・生活困難者等

支援
若者自立

労働・雇用

被害者
犯罪

インターネット

高齢者

地域包括支援センター ☎️ 🗺️ お住まいの地区ごとに設置しています。

介護に関する相談や悩み、健康や福祉、生活、認知症等の相談に応じています。
高齢者の皆様だけでなく、その家族、近隣に暮らしている方からの相談にも応じます。
高齢者虐待の対応、成年後見制度などの相談にも応じています。

🕒 月～金曜（祝日を除く） 8:35～17:20 *令和7年7月から9:00～17:00に変更となります。
大的地域包括支援センターの相談日は異なります。

担当地域包括支援センター	担当小学校区	電話
白鷺・琴陵地域包括支援センター	白鷺・船場・城西	079-299-3939
城乾・東光地域包括支援センター	城東・東・城乾・野里	079-289-1703
山陽地域包括支援センター	荒川・手柄・城陽	079-283-1511
高岡地域包括支援センター	高岡・高岡西	079-290-9990
安室地域包括支援センター	安室東・安室	079-291-5757
花田・城山地域包括支援センター	花田・谷外・谷内	079-253-8178
四郷・東地域包括支援センター	四郷・別所・御国野	079-252-8009
書写・林田地域包括支援センター	曾左・峰相・林田・伊勢	079-266-5885
大白書地域包括支援センター	白鳥・青山・太市	079-267-3929
灘地域包括支援センター	白浜・八木・糸引	079-247-3355
大的地域包括支援センター (相談日は火～土曜/祝日・市民センター休館日除く)	的形・大塩	079-254-3811
飾磨西地域包括支援センター	津田・英賀保	079-240-6528

飾磨地域包括支援センター	妻鹿・高浜・飾磨	079-231-4302
大津地域包括支援センター	大津・南大津・大津茂	079-236-3170
広畑地域包括支援センター	広畑・広畑第二・八幡	079-236-8114
朝日地域包括支援センター	旭陽・勝原・余部	079-273-1610
網干地域包括支援センター	網干・網干西	079-272-6936
増位・広嶺地域包括支援センター	広峰・城北・水上・増位	079-225-6766
北地域包括支援センター	砥堀・豊富・山田・船津	079-264-6153
香寺地域包括支援センター	香呂・中寺・香呂南	079-232-3337
夢前地域包括支援センター	置塩・古知・前之庄・ 筋野・上菅・菅生	079-290-8866
安富地域包括支援センター	安富南・安富北	0790-66-4357
家島地域包括支援センター	家島・坊勢	079-325-0780

成年後見支援センター

TEL 079-262-9000 FAX 079-262-9001

電子メール相談 seinenkoukensien@himeji-wel.or.jp

☎ 月～金曜（祝日を除く） 8:35～17:20 *令和7年7月から9:00～17:00に変更となります。

📍 姫路市総合福祉会館2階

成年後見制度に関する相談に応じています。認知症や知的障害、精神障害等により判断能力が十分でない方やそのご家族だけでなく、サービス事業所等の支援者からの相談にも応じています。

また、毎週火曜日（祝日、第5火曜日を除く）13:30～16:30に、弁護士もしくは司法書士と社会福祉士が法律や福祉の視点から助言をする専門相談を実施しています。お気軽にご相談ください。

全般
人権問題

相談
市民
県民

法律相談

性的少数者
女性
男性

子ども

高齢者

ある人
障害の

(同和差別
問題)

外国人

医療
保健

生活保護・
生活困難者等

支援
若者自立

労働・雇用

被害者
犯罪者

ネット
インターネット

人権問題
全般
市民
相談
市民
相談
法律
相談
女性
性的
少数者
子ども
高齢者
障害
ある人
部落
差別
外国人
医療
保健
生活
困窮者
等
若者
自立
支援
労働
雇用
犯罪
被害者
イン
ター
ネット

障害のある人

姫路市障害福祉課 ☎ FAX 面 ✉

● 障害者福祉に関すること

TEL 079-221-2305、2309、2457

☎ 月～金曜（祝日を除く） 8:35～17:20 *令和7年7月から9:00～17:00に変更となります。

📍 姫路市役所1階

障害のある方のいろいろな相談に応じています。

※市役所内での手続き等で手話通訳が必要な方は、姫路市役所1階手話通訳者待機所までお申し出ください。

● 障害者差別に関する相談

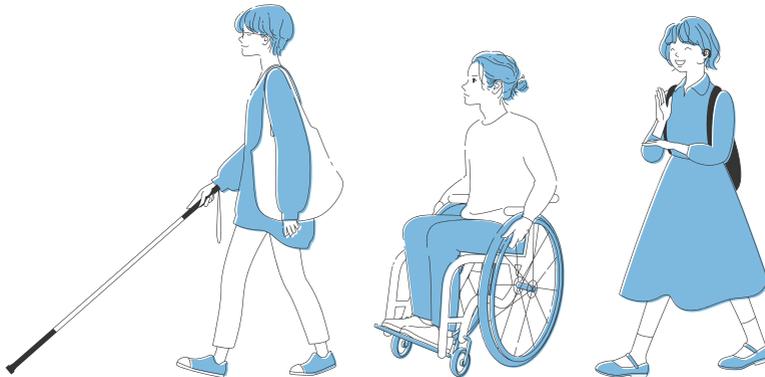
TEL 079-221-2454 FAX 079-221-2374

電子メールで相談 syogai-sabetsu@city.himeji.lg.jp

☎ 月～金曜（祝日を除く） 8:35～17:20 *令和7年7月から9:00～17:00に変更となります。

📍 姫路市役所1階

障害のある人に対する不当な差別的取扱いや合理的配慮に欠く対応についての相談に応じます。



姫路市地域相談窓口「ひめりんく」



名称	担当小学校区	住所	電話・Fax	相談受付時間
北部 ひめりんく	砥堀、船津、山田、 豊富、谷内、谷外、 花田、置塩、古知、 前之庄、筋野、上菅、 菅生、香呂、中寺、 香呂南、安富南、 安富北	香寺町土師 365番地1	電話：265-0202 Fax：265-0203	月曜～金曜(祝日除く) 9:00～16:00 ※来所を希望される 方は事前に一報い ただけるとスムーズ です。
西部 ひめりんく	城西、安室東、安室、 高岡、高岡西、曾左、 峰相、白鳥、青山、 太市、白鷺、船場、 林田、伊勢	西今宿五丁 目3番8号	電話：297-6476 Fax：297-6477	
東部 ひめりんく	水上、増位、広峰、 城北、野里、城乾、 東、城東、八木、 糸引、白浜、御国野、 四郷、別所、的形、 大塩	的形町的形 1762番地 21	電話：280-7979 Fax：280-7980	
中央 ひめりんく	城陽、手柄、荒川、 妻鹿、高浜、飾磨、 津田、英賀保、家島、 坊勢	安田三丁目 1番地 姫路市総合 福祉会館2階	電話：240-6717 Fax：240-6717	
南西部 ひめりんく	八幡、広畑、広畑第 二、大津、南大津、大 津茂、網干、網干西、 勝原、旭陽、余部	広畑区東夢 前台4丁目 131番地	電話：280-6150 Fax：280-1026	

障害の種別にかかわらず、障害のある方の自立支援を目的とした総合的な相談窓口です。

全般
人権問題
相談
市民
県民
法律相談
女性
男性
性的
少数者
子ども
高齢者
障害の
ある人
(同和問題)
部落差別
外国人
医療
保健
生活
困難者等
支援
若者自立
労働
雇用
被害者
犯罪者
ネット
イ
ン
タ
ー

全
般
人
権
問
題

相
談
市
民
・
県
民

法
律
相
談

女
性
的
少
数
者

子
ど
も

高
齢
者

障
害
の
あ
る
人

部
落
差
別
（
同
和
問
題
）

外
国
人

医
療
保
健

生
活
保
護
・
生
活
困
窮
者
等

支
援
若
者
自
立

労
働
雇
用

犯
罪
被
害
者

ネ
ッ
ト
・
イ
ン
タ
ー

姫路市障害者虐待防止センター

◎ 平日9:00～17:00

TEL 079-221-2432 FAX 079-221-2430

電子メールで相談 mamoru-fukushinet@city.himeji.lg.jp

◎ 平日17:00～翌日9:00、土・日・祝日、年末年始

TEL 080-8328-6295

電子メールで相談 mamoru-fukushinet@docomo.ne.jp

障害のある方への虐待を発見した方からの通報や、虐待を受けた障害のある方ご本人からの届出を受け付けています。
障害のある方が家庭や施設、職場などで虐待されたり、虐待されているのではないかとと思われるときは、こちらまでご連絡ください。
ご連絡いただいた方を特定できる情報は守られます。

総合福祉通園センター「ルネス花北」

TEL 079-288-7122

◎ 月～金曜（祝日を除く） 8:35～17:20 *令和7年7月から9:00～17:00に変更となります。

発達が気になる子ども、障害のある子どもに関する相談に応じています。

兵庫県障害者差別解消相談センター

TEL 078-362-3356 FAX 078-362-3911

電子メールで相談 counseling@pref.hyogo.lg.jp

◎ 月～金曜（祝日を除く） 10:00～16:00（12:00～13:00を除く）

障害のある人やそのご家族等から、障害者差別について、相談対応業務の経験豊かな社会福祉士、精神保健福祉士などの相談員が、相談を受け付けます。

障害者のための弁護士・福祉専門職無料法律相談

TEL 078-362-0074 FAX 078-362-0084

◎ 火・木曜（祝日を除く） 13:00～16:00

障害者本人やご家族、支援に関わる方から、法律に関わる問題について、弁護士や福祉専門職が対応します。

部落差別（同和問題）

神戸地方法務局姫路支局

TEL 0570-003-110

☉ 月～金曜（祝日を除く） 8:30～17:15

📍 姫路市北条1丁目250 神戸地方法務局姫路支局1階

姫路市人権啓発課

TEL 079-221-2376 FAX 079-221-2334

☉ 月～金曜（祝日を除く） 8:35～17:20 *令和7年7月から9:00～17:00に変更となります。

📍 〒670-8501 姫路市安田4丁目1 姫路市役所4階

電子メールで相談 jinkenkeihatu@city.himeji.lg.jp

姫路市人権啓発センター「ゆいぱる」

TEL 079-282-9801 FAX 079-282-9820

☉ 毎日（12月28日～1月4日と臨時休館日（月1回）を除く） 9:00～17:00

📍 〒670-0012 姫路市本町68-290 イーグレひめじ4階

電子メールで相談 keihatucenter@city.himeji.lg.jp

姫路市教育委員会人権教育課

TEL 079-221-2778

☉ 月～金曜（祝日を除く） 8:35～17:20 *令和7年7月から9:00～17:00に変更となります。

📍 姫路市役所 北別館4階

学校教育（人権教育）に関する相談に応じています。

人権問題
全般

市民・県民
相談

法律相談

女性・男性
性的少数者

子ども

高齢者

障害のある人

部落差別
（同和問題）

外国人

医療・保健

生活保護・
生活困難者等

若者自立
支援

労働・雇用

犯罪被害者

インターネット

人権問題
全般

市民
相談
市民
県民

法律相談

性的少数者
女性
男性

子ども

高齢者

障害のある人

部落差別
(同和問題)

外国人

医療保健

生活保護
生活困難者等

若者自立
支援

労働雇用

犯罪被害者

インターネット

外国人

(公財) 姫路市文化国際交流財団 (国際交流担当)

●外国人相談センター (多言語による生活相談) TEL 079-221-2159

📍 市民相談センター (姫路市役所 1 階)

日本語・英語生活相談

🕒 月～金曜 9:00～12:00 13:00～17:00

日本語・英語による生活相談。

ベトナム語生活相談

🕒 月～金曜 13:00～17:00

ベトナム語による生活相談。

中国語生活相談

🕒 毎週火曜 13:00～17:00

中国語による生活相談。

ポルトガル語・スペイン語生活相談

🕒 毎週火曜 13:00～16:00

ポルトガル語、スペイン語による生活相談。

*いずれも祝日、12月29日～1月3日を除く

●ベトナム語生活相談 TEL 080-6158-4445

🕒 火・水・木曜 13:00～17:00 (祝日、12月29日～1月3日を除く)

📍 火曜…城東町総合センター 水曜…高木総合センター 木曜…見野の郷交流館

ベトナム語による生活相談。

*相談員が話せない言語は翻訳機 (1 言語以上) を使って窓口で相談できます。

ひめじ発世界 (姫路市国際交流センター登録団体)

TEL 079-287-0821 (相談日のみ)

🕒 毎月第2・4日曜 14:00～17:00

📍 姫路市本町68-290 イーグレひめじ4階

スペイン語・ポルトガル語・中国語・英語による生活相談。

(公財) アジア福祉教育財団難民事業本部関西支部

TEL 078-361-1720  0120-090-091

🕒 月～金曜（祝日を除く） 10:00～12:00 13:00～16:00（予約制）

📍 市民相談センター（姫路市役所1階）

ベトナム語による生活相談。（対象は難民とその家族）

姫路市教育委員会人権教育課

TEL 079-221-2778

🕒 月～金曜（祝日を除く） 8:35～17:20 *令和7年7月から9:00～17:00に変更となります。

📍 姫路市役所 北別館4階

外国人児童生徒等にかかわる学校での生活、学習や進路等の相談を実施します。

兵庫県教育委員会子ども多文化共生センター

TEL 0797-35-4537

電子メールで相談 mc-center@pref.hyogo.lg.jp

🕒 月～金曜（祝日を除く） 9:00～17:00 *面接相談は予約制

📍 〒659-0031 芦屋市新浜町1-2 兵庫県立国際高等学校敷地内

外国人児童生徒等にかかわる学校での生活、学習や進路等の相談を実施します。
また県内各地域で外国人児童生徒等にかかわる出張教育相談も実施します。

* オンラインでの相談も受け付けています。

ひょうご多文化共生総合相談センター

①(公財)兵庫県国際交流協会 外国人県民インフォメーションセンター

TEL 078-382-2052 FAX 078-382-2012

📍 〒650-0044 神戸市中央区東川崎町1-1-3 神戸クリスタルタワー6階

22言語による生活相談  

🕒 月～金曜（祝日を除く） 9:00～17:00

やさしい日本語、英語、中国語、スペイン語、ポルトガル語、ベトナム語、韓国語、タガログ語、インドネシア語、タイ語、ネパール語、ミャンマー語、クメール語、マレー語、モンゴル語、シンハラ語、ヒンディー語、フランス語、ドイツ語、イタリア語、ロシア語、ウクライナ語による生活一般の相談

全般
人権問題

相談
市民
県民

法律
相談

性的
少数者
女性
男性

子ども

高齢者

障害
のある
人

(同和
問題)

外国人

医療
保健

生活
保護
生活
困難者
等

支援
若者
自立

労働
雇用

被害
者

ネット
ワーク

人権問題
全般

法律相談(予約制)

☎ 月曜 13:00～14:00 / 14:00～15:00

弁護士による相談。要予約。法律相談は面談のみ。

相談
市民
県民

法律相談

入管相談(予約制)

☎ 第3木曜 13:30～14:30 / 14:30～15:30 / 15:30～16:30

入管職員による相談。要予約。入管相談は面談のみ。

女性
性的少数者

子ども

② NGO神戸外国人救援ネット

TEL 078-232-1290 FAX 078-271-3270

📍 〒650-0004 神戸市中央区中山手通1-28-7 カトリック神戸中央教会内

高齢者

障害のある人

22言語による生活相談

☎ 土・日曜 9:00～17:00

やさしい日本語、英語、中国語、スペイン語、ポルトガル語、ベトナム語、韓国語、タガログ語、インドネシア語、タイ語、ネパール語、ミャンマー語、クメール語、マレー語、モンゴル語、シンハラ語、ヒンディー語、フランス語、ドイツ語、イタリア語、ロシア語、ウクライナ語による生活一般の相談

部落差別
(同和問題)

外国人

医療保健

外国語人権相談ダイヤル

TEL 0570-090911

☎ 平日(祝日、年末年始を除く) 9:00～17:00

対応言語：中国語、韓国語、英語、フィリピン語、ポルトガル語、ベトナム語、ネパール語、スペイン語、タイ語及びインドネシア語

※この電話は民間の多言語電話通訳サービス提供事業者に接続の上、管轄の法務局・地方務務局につながります。

生活保護
生活困窮者等

支援
若者自立

労働
雇用

犯罪
被害者

インターネット

医療・保健

姫路市保健所

感染症相談 保健所防疫課 TEL 079-289-1721

- ① 月～金曜（祝日を除く） 8:35～17:20 *令和7年7月から9:00～17:00に変更となります。
- 📍 姫路市坂田町3 姫路市保健所東棟3階

エイズやその他感染症に関する相談等について、情報提供や適切なアドバイスを行っています。

難病相談 保健所予防課 TEL 079-289-1635

- ① 月～金曜（祝日を除く） 8:35～17:20 *令和7年7月から9:00～17:00に変更となります。
- 📍 姫路市坂田町3 姫路市保健所東棟3階

こころの健康相談（精神保健福祉相談員、保健師による）

- 中央保健センター TEL 079-289-1654
- 中央保健センター北分室 TEL 079-265-3075
- 中央保健センター安富分室 TEL 0790-66-2921
- 南保健センター TEL 079-235-0320
- 南保健センター家島分室 TEL 079-325-1428
- 西保健センター TEL 079-236-1473
- 保健所健康課 TEL 079-289-1645

- ① 月～金曜（祝日を除く） 8:35～17:20 *令和7年7月から9:00～17:00に変更となります。

医療安全相談窓口 保健所総務課 TEL 079-289-1631

- ① 月～金曜（祝日を除く） 8:35～17:20 *令和7年7月から9:00～17:00に変更となります。
- 📍 姫路市坂田町3 姫路市保健所4階 総務課
- *相談は電話、面談のほか、手紙等でも受け付けています。

患者や家族などからの医療に関する相談に対応し、医療機関に患者・家族の相談等の情報を提供することを通じて、医療機関における患者サービスの向上を図り、医療の安全と信頼を高めることを目的としています。

※ただし、以下の点についてご留意ください。

- 医療内容の是非や過失の有無については当窓口では判断できません。また、医療内容のトラブルについては、当事者間での十分な話し合いが原則となります。
- 症状に応じた特定の医療機関の紹介については対応できません。

人権問題

市民・県民相談

法律相談

女性・男性
性的少数者

子ども

高齢者

障害のある人

（部落差別）
同和問題

外国人

医療・保健

生活保護・
生活困難者等

若者自立
支援

労働・雇用

犯罪被害者

インターネット

生活保護・生活困窮者等

姫路市生活援護室 ☎ 面

● 生活保護

TEL 079-221-2321、2323、2324、2326、2433、
2935、2937、2938、2943、2911

☎ 月～金曜（祝日を除く） 8:35～17:20 *令和7年7月から9:00～17:00に変更となります。

様々な事情により、生活に困っている場合の生活保護についての相談

姫路市社会福祉協議会 ☎ 面

● 生活困窮者

くらしと仕事の相談窓口

TEL 079-280-2301

☎ 月～金曜（祝日を除く） 8:35～17:20

📍 姫路市安田3丁目1番地 姫路市総合福祉会館2階

仕事探しやくらしの困りごとの相談（生活保護以外）

若者自立支援

ひめじ若者サポートステーション 面

TEL 079-222-9151

☎ 月～土曜（第2・4・5土曜、祝日、年末年始を除く）10:00～17:00

📍 姫路市呉服町48 大手前通りハトヤ第一ビル6階



15歳～49歳の無業状態にある若者の進路、仕事に関する相談、セミナーなどの開催、キャリアカウンセリング、こころの相談にも応じています。

若者だけでなく、その保護者の相談にも乗ります。

（運営：認定NPO法人コムサロン21）

労働・雇用

姫路しごと支援センター **面**

TEL 079-284-7910

🕒 月～金曜（祝日を除く） 10:00～18:00（予約制）

📍 姫路市駅前町265 姫路KTビル3階

若者から高齢者まで、就職に悩む方を応援する総合相談窓口としてハローワークと連携し、姫路市が設置運営しています。

就職に関する悩み相談や就職セミナー、パソコン講座の開催など、さまざまな角度から就職活動を支援します。



市HP

市民相談センター労働相談 **面**

TEL 079-221-2094（姫路市労働政策課）

🕒 第1木曜（社会保険労務士）

第3木曜（弁護士）

9:30～11:30

※受付は9:00～11:00

先着6名。受付順に相談を実施。

📍 市民相談センター（姫路市役所1階）

解雇、賃金、就労条件、労働災害、年金など勤労者が働く上で生じる諸問題について相談に応じます。



市HP

人権問題
市民・県民相談
法律相談
女性・男性・性的少数者
子ども
高齢者
障害のある人
（部落差別・同和問題）
外国人
医療・保健
生活保護・生活困窮者等
若者自立支援
労働・雇用
犯罪被害者
インターネット

全般
人権問題

相談
市民・
県民

法律
相談

女性
性的
少数者

子ども

高齢者

障害
のある
人

部落
差別
(同和
問題)

外国人

医療
保健

生活
保護
生活
困難者
等

支援
若者
自立

労働
雇用

犯罪
被害者

ネット
インター

姫路労働基準監督署 総合労働相談コーナー

TEL 079-256-5793

- 🕒 月～金曜（祝日を除く） 9:00～17:00
- 📍 姫路市北条1丁目83 姫路労働基準監督署内
- *総合労働相談員を配置。

姫路労働基準監督署 外国人労働相談コーナー

●ベトナム語による労働条件についての相談 **TEL 079-224-8181**

- 🕒 木曜、第1・3・5金曜 9:30～17:00
- 📍 姫路市北条1丁目83 姫路労働基準監督署内
- *上記の曜日でも相談員不在のことがありますので、面接希望者は事前に 079-256-5788に電話いただくとスムーズです。

兵庫労働局総合労働相談コーナー

TEL 078-367-0850

- 🕒 月～金曜（祝日を除く） 9:00～17:00
- 📍 神戸市中央区東川崎町1-1-3 神戸クリスタルタワー15階
兵庫労働局雇用環境・均等部指導課内
- *女性相談員を配置。 *総合労働相談員を配置。

兵庫労働局雇用環境・均等部指導課

TEL 078-367-0820

- 🕒 月～金曜（祝日を除く） 8:30～17:00
- 📍 神戸市中央区東川崎町1-1-3 神戸クリスタルタワー15階

職場（企業等）での性別による差別的取扱い、妊娠・出産、育児・介護休業等を理由とする不利益取扱いや嫌がらせ、ハラスメント、母性健康管理、育児・介護休業、パートタイム労働、労働契約及び労働時間等の設定と改善に関することについての相談に応じます。

[職業相談など雇用に関する相談]

ハローワーク姫路

TEL 079-222-8609

🕒 平日 8:30～17:15

📍 姫路市北条字中道250

職業相談・紹介、求職者に係るサービス等。

* 令和6年10月5日(土)から、土曜日開庁を終了しています。

ハローワークステーション姫路

TEL 079-285-1186

🕒 平日 10:00～18:00

📍 姫路市駅前町265 姫路KTビル3階

職業相談・紹介、姫路市と連携した就職支援と仕事の相談・紹介等。

若者しごと倶楽部(ジョブカフェひょうご)

TEL 078-366-3731

🕒 月～金曜(祝日を除く) 10:00～18:00

📍 神戸市中央区東川崎町1-1-3 神戸クリスタルタワー12階

おおむね39歳までで就職を希望されている方や、兵庫県へのUターン就職を希望される方の就職活動、仕事探しのお手伝いをします。

- * カウンセラーがアドバイスをを行い、就活をサポートします。
・キャリアカウンセリング(要予約)、ショートカウンセリング
- * 就職に役立つ各種セミナーも開催しています。

全般
人権問題

相談
市民・県民

法律相談

性的少数者
女性・男性

子ども

高齢者

障害のある人

(同和問題)
部落差別

外国人

医療・保健

生活保護・
生活困難者等

支援
若者自立

労働・雇用

被害者
犯罪者

インターネット

犯罪被害者

姫路市危機管理室

犯罪被害者相談(予約制)

TEL 079-221-2090

🕒 第3木曜 13:30～16:30

*受付は13:30～16:00

*予約が必要であるため、相談を希望される方は、事前に電話でお問い合わせください。

📍 市民相談センター（姫路市役所1階）

犯罪被害者等が抱える諸問題に関する相談

兵庫県警察本部 被害者こころの電話

 **0120-338-274**

🕒 月～金曜（祝日を除く） 9:00～17:45

犯罪被害給付制度や各種支援制度についてのお問い合わせに対応します。
犯罪被害による精神的な悩みやカウンセリングに対応します。

(公社)ひょうご被害者支援センター

TEL 078-367-7833

電話相談

🕒 月、火、木、金曜（祝日・8/12～8/16、12/28～1/4を除く） 10:00～16:00

面接相談(予約制)

弁護士による無料法律相談 随時

臨床心理士による無料心理相談 随時

*予約が必要であるため、電話相談日にお問い合わせください。

犯罪等の被害者及びその家族らの抱える精神的・経済的負担を軽減するための相談や支援を行います。

ひょうご性被害ケアセンター 「よりそい」

TEL 078-367-7874

電話相談

① 月～金曜 9:00～17:00 年末年始を除く

* 開設時間以外は夜間休日コールセンター（国設置）に自動転送されます。

面接相談（予約制）

弁護士による無料法律相談 随時

臨床心理士による無料心理相談 随時

* 予約が必要であるため、電話相談日にお問い合わせください。

* 「よりそい」は兵庫県が開設した相談窓口で、運営は（公社）ひょうご被害者支援センターが行っています。

警察に相談することができない、どこに相談してよいかわからない性被害に遭われた方たちの相談に応じます。付添い支援や医療に関する支援も行っています。

インターネット

兵庫県警察本部

サイバーセキュリティ・捜査高度化センター

TEL 078-341-7441（代表）

① 月～金曜（祝日を除く） 9:00～17:45

詐欺サイト、不正アクセス、フィッシングメール等のサイバー犯罪に対する相談窓口。
緊急の事案は110番へ。

全般
人権問題

相談
市民・県民

法律相談

性的少数者
女性・男性

子ども

高齢者

障害のある人

（部落差別
同和問題）

外国人

医療・保健

生活保護・
生活困難者等

支援
若者自立

労働・雇用

被害者
犯罪者

インターネット

セーフライン

<https://www.safe-line.jp/>

📞 サイトにて24時間通報可

違法有害情報の通報を受け付ける民間のホットラインです。
通報いただいた情報をガイドラインに照らし「違法情報」「有害情報」に分類し、国内外のプロバイダや電子掲示板の管理者等に削除依頼（送信防止措置）を要請します。
リベンジポルノの動画像や自殺に関する情報も対応しています。
ご相談は承ることができません。

誹謗中傷ホットライン

<https://www.saferinternet.or.jp/bullying/>

「誹謗中傷」に該当する情報を、原則としてご本人またはその保護者の方（ご本人が児童の場合）及び学校関係者（ご本人が児童で就学中の場合）から受け付けています。ネット上の誹謗中傷をあなたに代わり国内外のプロバイダに削除依頼の申請をいたします。ご相談は承ることができません。

違法・有害情報相談センター

<https://www.ihaho.jp/>

インターネット上の違法・有害情報に対し適切な対応を促進する目的で、関係者からの相談を受け付け、対応に関するアドバイスや関連の情報提供等を行なう相談窓口です。（総務省支援事業）
インターネット上の書き込みにおける誹謗中傷やプライバシー侵害、トラブル等について、相談者自身で行う削除の対応方法等をご案内しています。

人権問題
全般

市民
相談
市民
県民

法律
相談

女性
性的
少数者

子ども

高齢者

障害
のある
人

部落
差別
（同和
問題）

外国人

医療
保健

生活
保護
生活
困難者
等

若者
自立
支援

労働
雇用

犯罪
被害者

インターネット



ハンドブック人権相談窓口

令和7年(2025年)3月発行 (2025年改訂版)

発行者 姫路市人権啓発センター **ゆいばる**

〒670-0012

姫路市本町68番地290 イーグレひめじ4階

TEL (079) 282-9801 FAX (079) 282-9820

■ 休館日

年末年始(12月28日～1月4日)

館内点検のため、月1回臨時休館(不定期)

■ 開館時間

午前9時～午後9時(相談は午後5時まで)

■ 交通案内

- ・電車 JR姫路駅または山陽電鉄姫路駅から北へ徒歩15分
- ・自動車 国道2号(東行き)の市民会館交差点で左折、北へ直進100m
※イーグレひめじには、地下駐車場があります(有料)





ゆいばる

姫路市人権啓発センター

2025年改訂版