

新型コロナウイルス感染症の影響を受け、
生活にお悩みの皆さまへ

相談無料

お金、仕事、住宅など、生活に関する相談窓口のご案内

新型コロナウイルス感染症の拡大により、収入が減ってしまい、家計が苦しいなど、生活のことでお悩みはありませんか？

お住まいの市町村では、相談窓口を設け、日々の生活のこと、仕事のことなど、専門の相談員がお話を聞かせていただきながら、解決に向けた提案や、解決までのお手伝いをします。

おひとりで抱え込まずに、どのようなことでも結構ですので、まずはお話をお聞かせ下さい。

収入が減って
家計が苦しい

失業して、
家賃が払えない

公共料金に
滞納がある

求職活動が
うまくいかない

相談相手が
いない

債務の返済で
困っている



ご相談は、裏面に記載の自立相談支援機関まで。

相談窓口：お住まいの市町村の自立相談支援機関

市町村	相談窓口	住所	電話番号
岡山市	岡山市寄り添いサポートセンター	岡山市北区鹿田町1-1-1	0800-200-8730
倉敷市	倉敷市生活自立相談支援センター	倉敷市阿知1-7-2-804-2	086-427-1288
津山市	津山市自立相談支援センター	津山市山北520	0868-32-2133
玉野市	玉野市生活支援相談窓口	玉野市宇野1-27-1	0863-32-5564
笠岡市	笠岡市生活総合支援センター	笠岡市笠岡1866-1	0865-69-2015
井原市	福祉課生活福祉係	井原市井原町311-1	0866-62-9526
総社市	総社市生活困窮支援センター	総社市中央1-1-3	0866-92-8374
高梁市	高梁市生活あんしん サポートセンター	高梁市向町21-3	0866-22-9111
新見市	新見市生活相談支援センター	新見市金谷640-1	0867-88-6588
備前市	備前市福祉事務所	備前市東片上126	0869-64-1826
瀬戸内市	瀬戸内市生活相談支援センター	瀬戸内市邑久町山田庄862-1	0869-24-7714
赤磐市	赤磐市暮らし・しごと 応援センター あすてらす	赤磐市下市344	086-955-0552
真庭市	真庭市生活自立支援センター	真庭市久世2927-2	0867-42-1581
美作市	美作市総合相談支援センター	美作市北山390-2	0868-75-0330
	美作市大原・東粟倉・作東地域 生活就労支援センター	美作市江見280	0868-75-2622
浅口市	浅口市福祉事務所	浅口市鴨方町鴨方2244-26	0865-44-7007
西粟倉村	西粟倉村福祉事務所	英田郡西粟倉村影石95-3	0868-79-7100
美咲町	自立相談支援窓口	美咲町原田2150番地 美咲町中央保健センター内	0868-66-0970
新庄村	住民福祉課	真庭郡新庄村2008-1	0867-56-2646
和気町	備前県民局福祉振興課	岡山市中区古京町1-1-17	086-272-3967
吉備中央町			
早島町	備中県民局福祉振興課	倉敷市羽島1083	086-434-7055
里庄町			
矢掛町			
鏡野町	美作県民局福祉振興課	津山市椿高下114	0868-23-1293
勝央町			
奈義町			
久米南町			

◎相談・受付時間：午前9時～午後5時 ※土・日・祝日は除きます。

※窓口により受付時間が異なる場合がありますので、事前にお電話にてご確認ください。