

いつもと様子が違う

そんなとき

ちょっと気にかけてみる

声をかけてみる

助けて

苦しい

悲しい

その声かけが、  
ゲートキーパーへの  
第一歩。

### ゲートキーパーとは

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、  
必要な支援につなげ、見守る人のこと。

相談窓口や自殺対策の取り組みなどの情報を掲載しているサイトです。

まもろうよこころ 検索



こころの  
健康相談統一  
ダイヤル



おこなおう まもろうよ こころ  
**0570-064-556**

有料

電話をかけた所在地の都道府県・政令指定都市が実施している「こころの健康相談電話」等の  
公的な相談機関につながります。相談対応曜日・時間は都道府県によって異なります。

### SNS相談案内

LINE・チャットで  
相談ができます。



よりそい  
ホットライン

24時間対応



フリーダイヤル つなぐ ささえる  
**0120-279-338**

無料

一般的な生活上の悩みをはじめ、生活困窮者等に対する総合的な電話窓口です。

FAXで相談される方



**03-3868-3811**

フリーダイヤル つなぐ つつむ



**0120-279-226**

ガイダンスで専門的な対応も選べます(外国語含む)

岩手県・宮城県・福島県内からおかけの方

IP電話及びLINE OUTからおかけの方

**050-3655-0279**

有料

まもろうよこころ SNS 検索

### 支援情報検索サイト

電話、メール、SNSなど  
様々な方法の相談窓口を  
紹介しています。



支援情報検索サイト 検索

3月は、自殺対策強化月間です。



## 「中小企業電話相談ナビダイヤル」 を活用下さい！

- 1つの窓口で資金繰りなど幅広く相談ができる「中小企業電話相談ナビダイヤル」を実施しています。

電話番号：0570-064-350

(最寄りの経済産業局 中小企業課につながります。)

実施時間：平日 9:00~17:30

○相談内容が具体的な融資や保証に関する場合は、以下の公的金融機関でも受け付けます。

実施時間 平日 9:00~19:00

### <融資について>

株式会社日本政策金融公庫	平日	0120-154-505
沖縄振興開発金融公庫	平日	098-941-1795
株式会社商工組合中央金庫	平日	最寄りの営業店にご相談ください <a href="http://www.shokochukin.co.jp/">http://www.shokochukin.co.jp/</a> または 0120-079-366

### <保証について>

全国信用保証協会連合会	最寄りの保証協会にご相談ください <a href="https://www.zensinhoren.or.jp/nearest/">https://www.zensinhoren.or.jp/nearest/</a>
-------------	---

# 「中小企業電話相談ナビダイヤル」 を御活用ください。



どこに相談したらいいのかわかりませんか？

- 新商品を開発するための支援制度を教えてください
- ネットを活用した販路展開をしたい

…など、様々な課題があり、どこに相談したらよいか  
お悩みの皆さんにお応えします。



ナビダイヤルで担当局へおつなぎ  
します。

- 経済産業省には、ブロックごとに出先機関である『経済産業局』  
を設置しております。
- 各経済産業局の中小企業課では、中小企業施策に詳しい職員が、  
皆さんの悩みを伺い、アドバイスや相談を行う先をご案内いたし  
ます。



ナビダイヤル、各支援機関の受付  
時間

平日：9:00～17:30

\* 公的金融機関による資金繰り相談は以下の時間で対応

平日 9:00～19:00

中小企業施策の最新情報や各種支援策などは、

**ミラサポplus**

\* 中小企業事業者・小規模事業者の皆様にも、中小企業支援策(制度)を「知ってもらう」「使ってもらう。」ことを目指し、制度をわかりやすく検索できる機能や、各制度の説明や申請方法をご案内しています。(会員登録無料) <https://mirasapo-plus.go.jp/>