

避難生活が長引くに連れ、慣れない土地での生活や仕事のストレスなど皆様のご負担も長期に渡っています。皆様にお配りした、「暮らしの安心ガイドブック」以外にも、全国共通のフリーダイヤルでご利用できるご相談先、お問い合わせの多かったご相談先など以下に掲載しました。

さらに詳しくお知りになりたい場合は、復興局生活再建課(019-629-6926)までご連絡下さい。

### <雇用について>

#### ○ 労働・雇用条件等に関するご相談

※ 慣れない土地での新たな雇用による職場環境の悩みや、雇用条件等についてご相談になりたい場合

【相談窓口】労働基準監督署 「総合労働相談コーナー」

0120-980-783 (通話無料) 月～金 9:00～17:00 (祝日を除く)

(お近くの労働基準監督署↓)

<http://www.mhlw.go.jp/general/seido/chiyou/kaiketu/soudan.html>

#### ○ 被災地の求職状況についてお知りになりたい場合

【相談窓口】全国ハローワークの検索システムから検索することができます。

### <心の相談>

#### ○ 東日本大震災心の相談電話(一般社団法人日本臨床心理士会)

※ 慣れない生活に疲れてきた、体のだるさが取れない、眠れない、罪悪感を感じている、周りの人は元気になってきているのに自分はまだそんな気持ちになれない…など

【相談窓口】 0120 - 719 - 789 (通話無料) (全国共通)

月・火・木・金 (水・土・日を除く) 夜 19:00～朝 9 時まで

(注)フリーダイヤルは平成 25 年 3 月まで。平成 25 年 4 月以降は、03-3813-9960 へ。

#### ○ 震災で被災された皆様への「心の電話相談」フリーダイヤル

(労働者健康福祉機構 労働者予防医療センター(部))

※ 被災者及びそのご家族のメンタルヘルスに関するご相談窓口です。専門のカウンセラーを配置しています。

【相談窓口】 0800-100-6700 (通話無料) 月～金 14:00～20:00 (全国共通)

その他、現在お住まいの市町村や、暮らしの安心ガイドブックに掲載している相談窓口もご利用下さい。