

身近な窓口（県、県民局・県民センター、市町の窓口）

お近くの県民局・県民センターやお住まいの市町でも、様々な相談が行われています。詳しくは直接窓口までお問い合わせください。

■ さわやか県民相談フリーダイヤル（通話無料） 月～金9時～17時30分（12時～13時は神戸で集中対応）（祝日・年末年始を除く）

神戸 -KOBE-	0120-16-7830	中播磨 -NAKAHARIMA-	0120-27-7830
阪神南 -HANSHINMINAMI-	0120-13-7830	西播磨 -NISHIHARIMA-	0120-83-7830
阪神北 -HANSHINKITA-	0120-47-7830	但馬 -TAJIMA-	0120-31-7830
東播磨 -HIGASHIHARIMA-	0120-26-7830	丹波 -TANBA-	0120-32-7830
北播磨 -KITAHARIMA-	0120-61-7830	淡路 -AWAJI-	0120-36-7830

■ さわやか県民相談（面談等） 月～金9時～12時、13時～17時30分（祝日・年末年始を除く）

神戸さわやか県民相談室 （兵庫県総合相談センター内）	078-360-8511	西播磨さわやか県民相談室 （西播磨県民局内）	0791-58-2100
阪神南さわやか県民相談室 （阪神南県民センター内）	06-6481-7641	但馬さわやか県民相談室 （但馬県民局内）	0796-23-1001
阪神北さわやか県民相談室 （阪神北県民局内）	0797-83-3101	丹波さわやか県民相談室 （丹波県民局内）	0795-72-0500
東播磨さわやか県民相談室 （東播磨県民局内）	079-421-1101	淡路さわやか県民相談室 （淡路県民局内）	0799-22-3541
北播磨さわやか県民相談室 （北播磨県民局内）	0795-42-5111	県庁さわやか県民相談室 （広聴課内）	078-371-3733
中播磨さわやか県民相談室 （中播磨県民センター内）	079-281-3001		

■ 移住相談窓口「カムバックひょうごセンター」

専門の移住相談員を配置し、情報提供や移住相談を実施し、関西圏・東京圏での移住情報発信とUJIターン促進の拠点として活動しています。

カムバックひょうごセンター	カムバックひょうご東京センター
住所：〒650-0044 神戸市中央区東川崎町1-1-3 神戸クリスタル7-6階 TEL：078-360-9971/9972 FAX：078-360-0071 E-mail：hyogo_comeback@pref.hyogo.lg.jp 開所日時 月曜日から金曜日10時～18時30分、土曜日10時～17時30分	住所：〒100-0004 東京都千代田区大手町2-6-2 日本ビル3階 TEL：03-6262-5995 FAX：03-6262-2730 E-mail：hyogo_comeback@pref.hyogo.lg.jp 開所日時 火曜日、水曜日、金曜日10時～18時30分、土曜日10時～17時30分

■ 市町の窓口

※市町により受付時間が異なります。

神戸	神戸市（市民相談室）	078-321-0033	中播磨	姫路市（市民相談センター）	079-221-2102
阪神南	尼崎市（市民活動推進課）	06-6489-6132	西播磨	神河町（総務課）	0790-34-0001
	各支所内の地域振興センターにも窓口を設置しております。			市川町（住民環境課）	0790-26-1011
	西宮市（市民協働推進課）	0798-35-3764		福崎町（地域振興課）	0790-22-0560（代）
阪神北	芦屋市（お困りです課）	0797-38-5401	但馬	相生市（地域振興課）	0791-23-7130
	伊丹市（市民相談課）	072-784-8011		たつの市（まちづくり推進課）	0791-64-3167
	宝塚市（市民相談課）	0797-77-2003		赤穂市（市民対話課）	0791-43-6818
	川西市（市民活動センター）	072-759-1826		宍粟市（ひと・はたらく課）	0790-63-3166
	三田市（いきがい応援プラザ）	079-559-6800		太子町（企画政策課）	079-277-5998
東播磨	猪名川町（地域振興部企画協働課）	072-766-8783	丹波	上郡町（企画政策課）	0791-52-1112
	明石市（市民相談室）	078-918-5002		佐用町（企画防災課）	0790-82-0664
	加古川市（社会教育・スポーツ振興課）	079-427-9704		豊岡市（総務課）	0796-23-1116
	高砂市（市民活動推進課）	079-443-9002		養父市（人権・協働課）	079-662-7601
北播磨	稲美町（企画課）	079-492-1212（代）	淡路	朝来市（総合政策課）	079-672-6110
	播磨町（企画グループ）	079-435-0356		香美町（企画課）	0796-36-1962
	西脇市（総合企画課）	0795-22-3111（代）		新温泉町（企画課）	0796-82-5624
	三木市（市民協働課）	0794-82-2000（代）		篠山市（企画課）	079-552-5106
	小野市（シニア活躍推進課）	0794-63-2684		丹波市（市民活動課）	0795-82-0409
	加西市（ふるさと創造課）	0790-42-8706		洲本市（企画課）	0799-24-7614
加東市（まちづくり創造課）	0795-43-0507	南あわじ市（ふるさと創生課）	0799-43-5205		
	多可町（生涯学習課）	0795-32-5122		淡路市（市民協働センター）	0799-64-0999



お問い合わせ・連絡先等

セカンドライフ支援ネット（事務局）兵庫県 企画県民部県民生活課
〒650-8567 神戸市中央区下山手通 5-10-1 TEL 078-362-3136 FAX 078-362-3908
ホームページ「セカンドライフ自分探しコーナー」http://web.pref.hyogo.lg.jp/ac14/ac14_000000035.html

セカンドライフを迎えるみなさんの 新しい自分探し

あなたの新しい
「出会い」がここにある！

セカンドライフ活動支援相談機関一覧
平成30年度版

地元でどんな
ボランティア団体や
グループがあるか
知りたい！

田舎暮らしを
始めようかな…。
農業にチャレンジして
みるのもいいな…

まちづくり講座や
講演会で
勉強したい！

NPO法人を
立ち上げたいけど、
どんな手続きが必要
なのかな…？

生きがいのある
仕事をしたい！

生きがいや生活の
張りがほしいけど、
どうしたらいいか
わからない…

行ってみる。話してみる。聞いてみる。

その小さな 一歩 で自分が変わる。

ご相談窓口は
こちら



中面へ！！

兵庫県

地域づくり活動を始めたい…

■ ひょうごボランティアプラザ

地域のボランティア活動のホームページ等による情報提供や相談、ボランティアグループやNPO団体等の活動に対する助成を行っています。

住所	〒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 (JR 神戸駅から徒歩 3分)		
TEL	078-360-8845	FAX	078-360-8848
URL	http://www.hyogo-vplaza.jp	E-mail	vplaza@hyogo-wel.or.jp
開館時間	平日 9時～19時 土曜日 9時～17時 (日曜日・祝日・ゴールデンウィーク・お盆・年末年始は休館)		

※各市町の(社福)社会福祉協議会ボランティアセンターや市町設置のボランティア・市民活動支援センターなどがありますので、そちらもご活用ください。

学習活動を始めたい…

■ 生涯学習情報コーナー (運営：(公財)兵庫県生きがい創造協会)

各種講座やセミナーの一元的・総合的な情報提供や、趣味や資格など生涯学習に関する相談にお答えします。

住所	〒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 (JR 神戸駅から徒歩 3分)		
TEL	078-360-9015	FAX	078-360-9016
URL	http://www.hyogo-intercampus.ne.jp	E-mail	info@hyogo-intercampus.ne.jp
開館時間	月～金曜日 9時～17時15分 (土曜日・日曜日・祝日・年末年始は休み)		

■ 生活創造センター及び地域生活創造情報プラザ

学んだことを活かして、様々な分野にわたる活動を展開できるよう、相談・情報提供、コーディネート等の支援を行います。

生活創造支援機関	神戸生活創造センター	078-360-8540	東播磨生活創造センター	079-421-1136
	嬉野台生涯教育センター	0795-44-0565	中播磨県民センター県民交流室	079-281-9196
	西播磨文化会館	0791-75-3663	但馬文教府	0796-22-4407
	丹波の森公苑	0795-72-2127	淡路文化会館	0799-85-1391

農業体験や農業、田舎暮らしを始めたい…

■ 兵庫楽農生活センター

農作業体験を通じて食や農を学ぶコースや就農を目指すコースなど様々なプログラムを実施しています。

住所	〒651-2304 神戸市西区神出町小束野 30-17		
TEL	078-965-2651	FAX	078-965-2653
URL	http://hyogo-rakunou.com		
開館時間	9時～17時(水曜日(祝日の場合は翌日)・12/29～1/3は休園)		

■ ひょうご就農支援センター

農業に興味がある方、農業を職業として考えている方へ、相談から就農、経営発展への支援を行います。

住所	〒650-0011 神戸市中央区下山手通 4-15-3 兵庫県農業共済会館 3階		
TEL	078-391-1222	FAX	078-391-8755
URL	http://www.hyogo-shunou.jp/		
面談時間	月～金曜日(祝祭日除く)10時、11時、13時、14時、15時【予約制】		

■ 西播磨暮らしサポートセンター

多自然とのふれ合い“田舎暮らしの夢”の実現に向けて全力でサポートいたします。

住所	〒678-1205 赤穂郡上郡町光都 2-25(西播磨総合庁舎 県民ホール内)		
TEL	0791-58-1252	E-mail	nisiharima-kurasi@alpha.ocn.ne.jp
URL	http://harikura-west.jp/		
相談時間	月～金曜日 9時～17時(祝日、12/29～1/3を除く)		

■ たじま田舎暮らし情報センター

但馬地域の情報収集や空き家の紹介、移住に関する様々なご相談にお応えします。

住所	〒668-0033 豊岡市中央町 2-4 豊岡市役所 4階		
TEL	0796-24-2247	FAX	0796-24-1613
E-mail	tjm-furusato4@tajima.or.jp		
開館時間	月～金曜日(祝祭日・年末年始除く) 9時～17時		
URL	http://tajimalife.jp/		

■ 篠山暮らし案内所

篠山への移住・定住に関するご相談、空き家の紹介を行っています。

住所	〒669-2321 篠山市黒岡 191(篠山市民センター内)		
TEL	079-552-4141	FAX	079-552-4680
URL	http://classo.jp/		
開館時間	10時～17時(年末年始除く)		

■ たんば”移充”テラス「Turn Wave」

丹波市への田舎暮らしに関する相談や、現地情報の収集のお手伝いをしています。

住所	〒669-4192 丹波市春日町黒井811(丹波市春日庁舎内)		
TEL	090-2705-4110	E-mail	iju@be-tamba.com
URL	http://teiju.info/		
相談時間	月～金曜日9～17時 土日祝日：出張窓口・電話等で対応(年末年始除く)【面談は予約制】		

■ あわじ暮らし総合相談窓口

淡路島での田舎暮らしに係る相談や情報収集などのお手伝いをします。

住所	〒656-0002 洲本市中川原町中川原92-1		
TEL	090-1247-1589	URL	http://awajigurashi.com/
相談時間	9～17時【面談は予約制】		

田舎暮らしに興味のある方には、

兵庫で田舎暮らし ～多自然居住支援サイト～ <http://support.hyogo-jkc.or.jp/inaka/> で田舎暮らしのイベント情報や、会員団体での相談窓口などの情報を掲載しています。

生きがいのある仕事がしたい…

「生きがいのある仕事がしたい」「仕事を通じて地域社会に貢献したい」という働き方を応援するため、コミュニティ・ビジネスやNPOの起業・設立相談、就業相談・無料職業紹介、ボランティア斡旋等の相談に、専門スタッフが個別に対応します。

東灘 神戸東	生きがいしごとサポートセンター神戸東 ワラビー (運営：認定NPO 法人CS 神戸)	〒658-0052 神戸市東灘区住吉東町 5-2-2 ビュータワー住吉館 104			
	TEL	078-841-0387	FAX	078-841-0312	
	URL	http://www.cs-wallaby.com		E-mail	info@cs-wallaby.com
	開館時間	月～土曜日 9時30分～17時30分(日・祝日・お盆・年末年始は休み)			

須磨 神戸西	生きがいしごとサポートセンター神戸西 NEXT (運営：NPO 法人しゃらく)	〒654-0055 神戸市須磨区須磨浦通 4-4-6 須磨浦ビル 207号			
	TEL	078-731-2251	FAX	078-735-0164	
	URL	http://ikisapo.com/next		E-mail	next@ikisapo.com
	開館時間	月～金曜日 9時～17時(土・日・祝日・年末年始は休み)			

尼崎 阪神南	生きがいしごとサポートセンター阪神南 UN (運営：NPO 法人シンフォニー)	〒660-0861 尼崎市御園町 5 尼崎土井ビルディング 2階			
	TEL	06-6412-8448	FAX	06-6412-8444	
	URL	http://ikisapo.npos.biz		E-mail	ikisapo@npos.cc
	開館時間	火～土曜日 9時～17時30分(日・祝日・年末年始は休み)			

宝塚 阪神北	生きがいしごとサポートセンター阪神北 CDC (運営：認定NPO 法人宝塚NPOセンター)	〒665-0845 宝塚市栄町 2-1-1 ソリオ 1-3階			
	TEL	0797-87-4350	FAX	0797-85-7799	
	URL	http://cdc.hnpo.net/		E-mail	cdc@hnpo.net
	開館時間	火～土曜日 9時～18時(日・月・祝日・お盆・年末年始は休み)			

明石 播磨東	生きがいしごとサポートセンター播磨東 (運営：一般社団法人エミライフ創研)	〒673-0892 明石市本町 1-13-8			
	TEL	078-915-0075	FAX	078-915-0076	
	URL	https://ikisapo-emilife.org/		E-mail	ikisapo@emilife-lab.or.jp
	開館時間	月～金曜日 9時30分～17時30分(土・日・祝日・お盆・年末年始は休み)			

姫路 播磨西	生きがいしごとサポートセンター播磨西 (運営：認定NPO 法人コムサロン 21)	〒670-0923 姫路市呉服町48 大手前通り ハトヤ第一ビル5階			
	TEL	079-224-8900	FAX	079-224-1553	
	URL	http://www.ikisapo-harima.com		E-mail	info@ikisapo-harima.com
	開館時間	月～金曜日 10時～18時(土・日・祝日・お盆・年末年始は休み)			

まだまだ仕事がしたい…

■ (公社)兵庫県シルバー人材センター協会	■ ひょうご・しごと情報広場
各地域のシルバー人材センターを通して、60歳以上の方に、高齢者にふさわしい臨時的・短期的な仕事や軽易な仕事を提供しています。	就職に関する相談、セミナー・講座等のサービスを行っています。
住所 〒650-0011 神戸市中央区下山手通 5-7-18 兵庫県下山手分室 3F	住所 〒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 12階
TEL 078-371-8012 FAX 078-371-8016	TEL 078-360-6216 FAX 078-360-6219
URL http://www.hyogo-silver.jp	URL http://www.j-hiroba.jp
開館時間 月～金 8時45分～17時30分(土・日・祝は閉館)	開館時間 月～金 10時～19時(土・日・祝は閉館)

どこに相談したらいいのかわからない…

■ 兵庫県民総合相談センター 県政の総合相談窓口として、日常生活に関する様々な相談を幅広く受け付けています。

住所	〒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 (JR 神戸駅から徒歩 3分)		
TEL	078-360-8511	FAX	078-360-2898
開館時間	月～金曜日 9時～17時30分(土・日・祝日・年末年始は休館)		