


どうぞひとりで抱え込まず気軽に相談してください。

(注)1 曜日・時間によっては開設していないことがあります。相談受付時間「月～金」の場合は、祝祭日・年末年始は除きます。
 (注)2 「0570」で始まるナビダイヤルは、PHSや一部のIP電話等ではつながらない場合があります。

| | 相談内容 | 相談窓口・相談機関 | 電話番号 | 相談受付時間 |
|---|---|---|---|---|
| こころの相談 精神保健福祉相談 | こころの健康・ひきこもり・アルコール問題・薬物やパチンコ等の依存の問題、精神障がい者の医療・社会復帰等に関する相談 ◎精神科医師等による「こころの健康相談」は要予約 | 精神保健福祉センター | 024-535-3556 | 月～金 8:30～17:15 |
| | | 県北保健福祉事務所 | 024-534-4300 | |
| | | 県中保健福祉事務所 | 0248-75-7811 | |
| | | 県南保健福祉事務所 | 0248-22-5649 | |
| | | 会津保健福祉事務所 | 0242-29-5275 | |
| | | 南会津保健福祉事務所 | 0241-63-0305 | |
| | | 相双保健福祉事務所 | 0244-26-1132 | |
| | | 郡山市保健所 | 024-924-2163 | |
| | こころの病・不安・孤独・生きているのがつらいなどのさまざまな悩み相談 | こころの健康相談ダイヤル | 0570-064-556 (ナビダイヤル) | 月～金 9:00～17:00 |
| | | 福島いのちの電話 | 024-536-4343 | 毎日 10:00～22:00 |
| 東京自殺防止センター | | 03-5286-9090 | 毎日 20:00～翌朝6:00 (火曜日は17:00から) | |
| 医療機関 | 精神疾患が疑われる場合は、早めに「精神科」もしくは「神経科」を受診してください。まず、内科や心療内科で体を診てもらってから、必要な場合に精神科や神経科を紹介してもらう方法もあります。 | ○精神科・神経科の病院・診療所 ○心療内科 内科の一つですが、精神科を兼ねている場合もあります。 ○内科 | 最寄りの保健所に相談してください。また、福島県のホームページ「福島県総合医療情報システム」の「診療科目・時間を探す」からリンクされています。 http://www.ftmis.pref.fukushima.jp/ap/qq/men/pwtpmenu01.aspx |  |
| 労働者の健康相談 | 中小企業の事業主及び労働者の健康に関する相談 ◎健康相談会(夜間相談) 専門科医師による「健康相談会」「心の相談」は要予約 | 福島地域産業保健センター | 024-534-2290 | 相談日・時間については、直接問い合わせください。 |
| | | 郡山地域産業保健センター | 024-922-8087 | |
| | | いわき地域産業保健センター | 0246-27-7257 | |
| | | 会津地域産業保健センター | 0242-27-0528 | |
| | | 須賀川地域産業保健センター | 0248-73-3723 | |
| | | 白河地域産業保健センター | 0248-23-3701 | |
| | | 相馬地域産業保健センター | 0244-23-6806 | |
| | 双葉地域産業保健センター | 閉鎖中 | | |
| 職場のストレスや対人関係の悩みなどの相談(ご本人はもちろん、家族の方もお電話を。) | 福島労災病院 勤労者心の電話相談 | 0246-45-1756 | 月～金 14:00～20:00 | |
| 労働経営相談 | 労働全般の相談 | 福島労働局総合労働相談センター | 024-536-4600 | 月～金 9:00～16:30 |
| | 中小企業における労働に関する相談 | 福島県中小企業労働相談所 | 0120-610-145 (フリーダイヤル) | 月～金 9:00～16:00 |
| | 労使関係トラブルの相談 | 福島県労働委員会事務局 | 024-521-7594 | 月～金 8:30～17:15 |
| | 経営全般に関する相談 | (財)福島県産業振興センター (福島県経営支援プラザ) | 024-525-4034 | 毎日 8:30～17:15 (土日祝祭日は要予約・年末年始は休み) |

| | 相談内容 | 相談窓口・相談機関 | 電話番号 | 相談受付時間 |
|----------|--|--------------------------|------------------------|---|
| 消費生活 | 悪徳商法等の消費者トラブルの相談、多重債務に伴う債務整理に関する情報提供 ◎消費生活無料法律相談(要予約) | 福島県消費生活センター | 024-521-0999 | 電話相談 毎日 8:30～17:15 来所相談 月～金 時間内随時 |
| | 貸金業者への返済や苦情に関する相談 | 日本貸金業協会福島県支部 | 0570-051-051 (ナビダイヤル) | 電話相談 月～金 9:00～17:30 来所相談 月～金 9:30～17:30 |
| 法律相談 | 借金、相続、夫婦間の問題など目の前の問題をどこに相談したらいいかわからない方の相談窓口紹介。 | 日本司法支援センター 法テラス福島地方事務所 | 050-3383-5540 (IP電話) | 月～金 9:00～12:00 13:00～16:00 |
| | | 日本司法支援センター 法テラスコールセンター | 0570-078-374 (ナビダイヤル) | 平日 9:00～21:00 土 9:00～17:00 |
| 犯罪暴力迷惑行為 | ストーカー、配偶者からの暴力、虐待、自殺、いじめ問題、振り込み詐欺(オレオレ詐欺・架空請求・還付金詐欺)、ヤミ金などの相談。 | 福島県警察本部 県民サービス課 (警察安全相談) | 024-525-3311 | 月～金 9:00～17:00 |
| | いじめ110番 | 福島県警察本部 県民サービス課 | 0120-795-110 (フリーダイヤル) | |
| | 性犯罪被害110番(被害の相談・申請) | 福島県警察本部 捜査第一課 | 0120-503-732 (フリーダイヤル) | |
| | 犯罪被害者相談 | ふくしま被害者支援センター | 024-533-9600 | |
| 人権相談 | 人権相談 | 福島地方法務局 | 0570-003-110 (ナビダイヤル) | 月～金 8:30～17:15 |
| | 子どもの人権110番 | 福島地方法務局 | 0120-007-110 (フリーダイヤル) | |
| | 女性の人権ホットライン | 福島地方法務局 | 0570-070-810 (ナビダイヤル) | |
| 生活全般 | 生活の中で直面する様々な悩みや問題の相談 ◎「一般相談」「健康相談」「法律相談」の面接相談は要予約 | 福島県男女共生センター 相談室 | 0243-23-8320 | 火・木～日 9:00～12:00 13:00～16:00 水 13:00～17:00 18:00～20:00 |
| 障がい者 | 障がい者110番 (障がい者の日常生活での心配や悩み困りごと等の相談) | 福島県障がい者社会参加推進センター | 024-528-7110 | 月～金 8:30～17:00 |
| 高齢者 | 家庭問題・老後の不安・介護の悩み等の相談 ◎専門相談(年金・法律・税金)は要予約 | 福島県高齢者総合福祉センター | 024-524-2225 | 月～金 9:00～17:00 |
| 女性 | 女性が抱えるあらゆる相談 | 女性のための相談支援センター | 024-522-1010 | 9:00～21:00 (祝祭日・年末年始を除く) |
| | 母子家庭の就労等の相談 | 母子家庭等就業・自立支援センター | 024-521-5699 | 月～金 9:00～17:00 |
| 子ども | 子どものあらゆる相談(18歳未満) | 児童相談所全国共通ダイヤル | 0570-064-000 (ナビダイヤル) | 24時間 |
| | | 子ども家庭テレフォン相談 | 024-536-4152 | 9:00～20:00 (祝祭日・年末年始を除く) |
| | | 中央児童相談所 | 024-534-5101 | 月～金 8:30～17:15 |
| | | 県中児童相談所 | 024-935-0611 | |
| | | 会津児童相談所 | 0242-23-1400 | |
| 浜児児童相談所 | 0246-28-3346 | | | |

○ 相談受付時間は変更になる可能性がありますので各機関にお問い合わせください。
 ○ 相談受付時間の終了間際ですとゆっくりとお話をうかがうことができません。時間に余裕を持っておかけください。
 (平成23年6月現在)