



こどく こりつ なや 孤独・孤立で悩まれている方へ かた

そうだんまどぐち さが 相談窓口を探す

そうだん 相談したい内容ないようをえらえらんで↓ ボタンをおお押してください。



～つらい、^{くる} 苦しい、^い 生きづらさを^{かん} 感じる～



●^{けんこうそうだん} ころの健康相談

相談先 <small>そうだんさき</small>	ころの健康相談ダイヤル <small>けんこうそうだん</small>
電話番号	0570-064-556
日時	月～金(祝日・年末年始を除く 9:00～17:00、 18:30～22:00 ※夜間は民間団体対応)

●ころの病・不安・孤独・生きづらさ等

相談先	LINE 相談(ころつなぐ@福島)
利用方法	LINE アプリの ID 検索で ID【@228dcnon】を半角入力し検索、登録。
日時	18:30～22:00(受付は21:30 まで)(土日祝日含む)

●自殺を考えるほどの苦しい思いをお聞きします

相談先	福島いのちの電話
電話番号	024-536-4343 / 0570-783-556(ナビダイヤル)
日時	年中無休 10:00～22:00 (毎月第 3 土曜日は 10:00～翌日 10:00 までの 24 時間受付)

相談先	いのちの電話(フリーダイヤル)
電話番号	0120-783-556
日時	毎月10日 8:00～翌朝8:00

●精神保健福祉センター、保健福祉事務所、保健所でも相談できます

相談先 ・ 電話番号	精神保健福祉センター	024-535-3556
	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
	福島市障がい福祉課	024-525-3746
	郡山市保健所	024-924-2163
	いわき市保健所	0246-27-8557
日時	月～金(祝日、年末年始を除く 8:30～17:15)	



ひさい かたむ そうだん
 ~被災された方向け(こころの相談)~

相談先	被災者相談ダイヤル(ふくしま心のケアセンター)
電話番号	0120-783-295
日時ほか	月~金(祝日、年末年始を除く 9:00~12:00/13:00~17:00)

そうだん
 ~ひきこもりについて相談したい~



相談先	福島県ひきこもり相談支援センター
電話番号	024-955-6203
日時	火~土(祝日、年末年始を除く 9:30~17:30)

こ など なや そうだん
 ~子どもたちがいじめ等の悩みを相談したい~

●子どものための24時間電話相談

相談先	ふくしま24時間子どもSOS(福島県教育委員会)
電話番号	0120-916-024
日時	24時間受付

●いじめや不登校、体罰などの相談

相談先	ダイヤル SOS(福島県教育センター)
電話番号	0120-453-141
日時	月~金 10:00~17:00 (祝日、年末年始を除く)

●いじめに関する相談

相談先	いじめ110番(福島県警察本部)
電話番号	0120-795-110
日時	月~金 (祝日、年末年始を除く9:00~17:00)

けっこん にんしん こそだ など なや
 ~結婚・妊娠・子育て等について悩んでいる~

●結婚、妊娠・出産、子育てに関する相談

相談先	ふくしま結婚・子育て応援センター
電話番号	024-544-0070
日時	【妊娠・出産】:火曜日(10:00~16:00) 【子 育 て】:木曜日(10:00~16:00) 【結 婚】:木曜日(10:00~16:00)・土曜日(10:00~16:00) (祝日、年末年始を除く)





●思春期の健康相談、妊娠、出産を取り巻く様々な悩みに関する相談

相談先	ふくしま性と健康の相談センター(福島県助産師会)
電話番号	070-4209-0972
日時	月～土(祝日・年末年始を除く12:00～19:00)

●妊娠や乳幼児の育児に関する相談

相談先	ふくしまの赤ちゃん電話健康相談(福島県助産師会)
電話番号	0120-80-2051
日時	月～金 (祝日、年末年始を除く 9:30～16:30)

●妊娠や不妊、更年期障害等の女性特有の健康に関する相談

相談先 ・ 電話番号	女性のミカタ 健康サポートコール	県北保健福祉事務所	024-535-5615
		県中保健福祉事務所	0248-75-7822
		県南保健福祉事務所	0248-21-0067
		会津保健福祉事務所	0242-27-4550
		南会津保健福祉事務所	0241-62-1700
		相双保健福祉事務所	0244-26-1186
日時	月～金(祝日、年末年始を除く 9:00～17:00)		

●不妊・不育症総合相談

相談先 ・ 電話番号	県北保健福祉事務所 健康福祉部	024-534-4155
	県中保健福祉事務所 健康福祉部	0248-75-7810
	県南保健福祉事務所 健康福祉部	0248-22-5647
	会津保健福祉事務所 健康福祉部	0242-29-5278
	南会津保健福祉事務所 健康福祉部	0241-63-0305
	相双保健福祉事務所 健康福祉部	0244-26-1134
日時	月～金(祝日、年末年始を除く 8:30～17:15)	

●児童虐待等、児童に関するあらゆる相談

相談先 ・ 電話番号	中央児童相談所	024-534-5101
	県中児童相談所	024-935-0611
	県中児童相談所白河相談室	0248-22-5648
	会津児童相談所	0242-23-1400
	会津児童相談所南会津相談室	0241-63-0309
	浜児童相談所	0246-28-3346



	浜児童相談所南相馬相談室	0244-26-1135
日時	月～金(祝日、年末年始を除く 8:30～17:15)	

相談先	親子のための相談LINE	
電話番号	LINEアプリのID検索で[@778asdia]を半角で入力し検索、登録	
日時ほか	月～金(祝日、年末年始を除く 10:00～20:00)	

●ひとり親家庭等からの子育てや仕事などに関する相談

相談先 ・ 電話番号	県北保健福祉事務所 健康福祉部	024-534-4118
	県中保健福祉事務所 健康福祉部	0248-75-7809
	県南保健福祉事務所 健康福祉部	0248-22-5647
	会津保健福祉事務所 健康福祉部	0242-29-5278
	南会津保健福祉事務所 健康福祉部	0241-63-0305
	相双保健福祉事務所 健康福祉部	0244-26-1134
日時	月～金(祝日、年末年始を除く 8:30～17:15) ※市の福祉事務所でも相談を受け付けています。	

いりょう そうだん
～医療について相談したい～

相談先	医療相談センター(福島県保健福祉部地域医療課)	
電話番号	024-522-4546	
日時	月～金(祝日、年末年始を除く 9:00～12:00/13:00～16:00)	

こうれいしゃ かいご にんちしょうなど なや
～高齢者・介護・認知症等について悩んでいる～

●高齢者やその家族が抱える悩みについての相談

相談先	福島県高齢者総合相談センター(福島県社会福祉協議会)	
電話番号	024-524-2225	
日時	【一般相談】月～木(祝日、年末年始を除く 9:00～17:00) 【法律相談】事前予約制、弁護士が対応します。(1人(組)30分以内) ※法律相談は、予約時にセンター相談員が相談内容を伺った後、予約受付をさせていただきます。相談日は限られておりますのであらかじめご了承ください。	

●認知症に関する相談

相談先	認知症コールセンター(福島県社会福祉協議会)	
電話番号	024-522-1122	



相談先 (女性相談支援 員が配置され ている市)	相談窓口	電話番号
福島市	保健福祉センターこども家庭課	024-525-3780
会津若松市	福祉事務所	0242-32-4470
郡山市	こども家庭課	024-924-3341
いわき市	内郷・好間・三和地区保健福祉センター	0246-27-8612
	小名浜地区保健福祉センター	0246-54-2521
喜多方市	福祉事務所	0241-23-5028
日時	郡山市 第3土曜とその翌日・年末年始を除く 8:30~18:00 会津若松市 月~金(祝日、年末年始を除く 8:30~17:00) 上記以外の市 月~金(祝日、年末年始を除く 8:30~17:15)	

市町村女性相談支援窓口一覧

<https://www.pref.fukushima.lg.jp/uploaded/attachment/659125.pdf>

せいぼうりよく なや ~性暴力について悩んでいる~

相談先	性暴力等被害者相談 SACRAホットライン (ふくしま被害者支援センター)
電話番号	#8891(プッシュ回線/携帯電話)または 024-563-3722
日時ほか	月~金(祝日、年末年始を除く 9:00~17:00) 上記以外の時間は、国のコールセンターに電話がつながり、相談をすることが出来ます。

はんざいひがいなど そうだん ~犯罪被害等について相談したい~

●犯罪や交通事故等の被害相談

相談先	犯罪被害者支援に関する相談(ふくしま被害者支援センター)
電話番号	024-563-3724
日時ほか	月~金 (祝日、年末年始を除く 9:00~17:00)

●県民の安全と平穏に関わる相談等

相談先	警察安全相談(福島県警察本部)
電話番号	#9110(プッシュ回線/携帯電話)または 024-525-8055



日時ほか	【電話相談】月～金(祝日、年末年始を除く9:00～17:00) 【面接相談】月～金(祝日、年末年始を除く9:00～17:00)
------	--

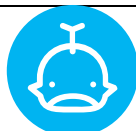
せいかつ こま はたら はたら す
～生活に困っている、働きたくても働けない、住む

ところ など
所がない等～



●自立支援相談機関

お住まいの市	相談機関	相談窓口	電話番号
福島市	福島市	生活福祉課	024-525-3725
会津若松市	会津若松市	生活サポート相談窓口	0242-23-4800
郡山市	郡山市	自立支援相談窓口	024-924-3822
いわき市	社会福祉法人 いわき市社会福祉協議会	生活・就労支援センター	0246-38-6500
白河市	白河市	社会福祉課	0248-22-1111 (内線 2151)
須賀川市	社会福祉法人 須賀川市社会福祉協議会	福祉まるごと相談窓口	0248-94-7091
喜多方市	社会福祉法人 喜多方市社会福祉協議会	喜多方市生活サポートセンター	0241-23-7373
相馬市	社会福祉法人 相馬市社会福祉協議会	相馬市生活サポート相談センター	0244-36-2015
二本松市	社会福祉法人 二本松市社会福祉協議会	二本松市生活相談センター	0243-23-8262
田村市	社会福祉法人 田村市社会福祉協議会	田村市生活サポートセンター	0247-68-3434
南相馬市	社会福祉法人 南相馬市社会福祉協議会	福祉総合相談センター (地域福祉課)	0244-24-3415
伊達市	社会福祉法人 伊達市社会福祉協議会	福祉課	024-576-4050
本宮市	社会福祉法人 本宮市社会福祉協議会	生活サポート相談センター	0243-24-7780
日時	月～金(祝日、年末年始を除く 8:30～17:15)		



お住まいの地域 (町村)	相談窓口	電話番号
県北地域	生活自立サポートセンター	024-525-8801
県中地域	生活自立サポートセンター県中事務所	0248-94-7800
県南地域	生活自立サポートセンター県南事務所	0247-57-7141
会津・南会津地 域	生活自立サポートセンター会津事務所	0242-23-7445
相双地域	生活自立サポートセンター相双事務所	0244-32-1753
日時	月～金(祝日、年末年始を除く 8:30～17:15)	

しゅうしょく ろうどう そうだん
～就職・労働について相談したい～



●求職者の就職相談・職業紹介など

相談先 ・ 電話番号	ふくしま生活・就職応援センター郡山事務所	024-925-0811
	ふくしま生活・就職応援センター白河事務所	0248-27-0041
	ふくしま生活・就職応援センター会津若松事務所	0242-27-8258
	ふくしま生活・就職応援センター南相馬事務所	0244-23-1239
	ふくしま生活・就職応援センター富岡事務所	0240-23-7880
	ふくしま生活・就職応援センターいわき事務所	0246-25-7131
日時	月～土(祝日、年末年始を除く10:00～19:00) ※富岡事務所は月～金、9:00～17:00	

●福島県内で働きたい方の就職活動を支援

相談先	ふるさと福島就職情報センター
電話番号	福島窓口 024-525-0047 東京窓口 03-3214-9009
日時	福島窓口 月～土(祝日、年末年始を除く10:00～19:00) 東京窓口 火～日 (祝日、お盆休み、年末年始を除く10:00～18:00)

●労働トラブルに関する相談

相談先	労働困りごと相談(労働委員会事務局)
電話番号	024-521-7594
日時	月～金(祝日、年末年始を除く8:30～12:00/13:00～17:00)





がいこくじんじゅうみん かたむけ
 ~外国人住民の方向け~

相談先	福島県外国人住民のための相談窓口(福島県国際交流協会)
電話番号	024-524-1315 (三者通訳電話)024-524-1316
日時ほか	英語・中国語・日本語・韓国語・タガログ語・ポルトガル語・ バトナム語・タイ語・ネパール語・インドネシア語・スペイン語・ ウクライナ語・ロシア語 対応 火~土 9:00~17:15

しょうひせいかつ なや かた
 ~消費生活について悩まれている方へ~

相談先	消費生活相談(福島県消費生活センター)
電話番号	024-521-0999
日時ほか	【電話相談】月~金 9:00~18:30 原則毎月第4日曜 9:00~16:30 【来所相談】月~金 9:00~17:00(受付は16:30まで)

しゃかいふくしぜんぱん かん そうだん
 ~社会福祉全般に関する相談~

相談先	福島県社会福祉協議会	024-523-1251
電話番号	各市町村の社会福祉協議会	お近くの社会福祉協議会へ お問い合わせください。
日時ほか	月~金(祝日、年末年始を除く 8:30~17:15)	

けん そうごうそうだんまどぐち
 ~県の総合相談窓口~

相談先	県庁県政相談コーナー
電話番号	0120-899-721
日時ほか	月~金(祝日、年末年始を除く 9:00~12:00/13:00~16:00)

