

# V 相談窓口一覧（こころの電話帳より）

こころの電話帳 ～相談電話一覧～ ダイジェスト版（平成24年7月末現在）

相談内容	相談窓口	電話番号	相談日・時間
死にたいくらい つらい気持ち	宮崎県障害福祉課 自殺防止電話「ライフネット宮崎」	0985-28-2555	火・木・土 19:00~23:00
	NPO法人宮崎自殺防止センター 自殺防止電話相談	0985-77-9090	月・水・金・日 20:00~23:00
	NPO法人国際ピフレンダース 東京自殺防止センター	03-5286-9090	年中無休 20:00~翌朝6:00
	一般社団法人日本のちの電話連盟 自殺予防いのちの電話	0120-738-556	毎月10日 8:00~翌朝8:00
	一般社団法人日本のちの電話連盟 大分いのちの電話	097-536-4343	年中無休 24時間
	一般社団法人日本のちの電話連盟 熊本いのちの電話	096-353-4343	年中無休 24時間
	一般社団法人日本のちの電話連盟 鹿児島いのちの電話	099-250-7000	年中無休 24時間
	さまざまな悩み みを幅広く	宮崎県精神保健福祉センター こころの電話	0985-32-5566
社団法人宮崎県労働者福祉団体中央会 ライフサポートセンターみやざき		0120-397-864	月~金* 10:00~17:00
一般社団法人社会的包摂サポートセンター よりそいホットライン		0120-279-338	年中無休 24時間
NPO法人 みんなのくらレターミナル		0985-88-1057	月~金* 9:30~17:00
NPO法人 ハートム		0985-88-1103	月~金* 9:30~17:00
NPO法人みやざき男女共同参画推進機構 男女共同参画センター 相談室		0985-60-1822	月~土* 9:00~18:00 (土曜は16:00まで)
心と身体の 不調 こころの健康 など		中央保健所 健康づくり課	0985-28-2111
	日南保健所 健康づくり課	0987-23-3141	月~金* 8:30~17:00
	都城保健所 健康づくり課	0986-23-4504	月~金* 8:30~17:00
	小林保健所 健康づくり課	0984-23-3118	月~金* 8:30~17:00
	高鍋保健所 健康づくり課	0983-22-1330	月~金* 8:30~17:00
	日向保健所 健康づくり課	0982-52-5101	月~金* 8:30~17:00
	延岡保健所 健康づくり課	0982-33-5373	月~金* 8:30~17:00
	高千穂保健所 健康づくり課	0982-72-2168	月~金* 8:30~17:00
	宮崎市保健所 健康支援課	0985-29-5286	月~金* 8:30~17:00
	宮崎県精神保健福祉センター	0985-27-5663	月~金* 8:30~17:00
子ども・若者の さまざまな悩み	宮崎県子ども・若者総合相談センター	0985-41-7830	月・火・金・土・日 10:00~19:00
子育ての悩み	宮崎県中央福祉子どもセンター 子ども・ほほえみダイヤル ※居住地の「地域子育て支援センター」でも相談できます	0985-28-4152	年中無休 9:00~24:00
非行、家出、 いじめなど	宮崎県警察本部 ヤングテレホン ※県内の各警察署にもヤングテレホンが設置されています	0985-23-7867	月~金 9:00~17:45
子育て、 子どもの発達、 非行、 虐待など	宮崎県中央福祉子どもセンター（中央児童相談所）	0985-26-1551	月~金* 8:30~17:15
	宮崎県南部福祉子どもセンター（都城児童相談所）	0986-23-4520	月~金* 8:30~17:15
	宮崎県北部福祉子どもセンター（延岡児童相談所）	0982-35-1700	月~金* 8:30~17:15
	NPO法人子ども虐待防止みやざきの会 虐待電話相談	0985-85-4641	土 14:00~16:00
いじめ、不登校、発 達や就学、子育て、 しつけ	宮崎県教育研修センター ふれあいコール	0985-38-7654 0985-31-5562	月~金* 8:30~21:00
	こどもの人権 を守るために こどもからの SOS	宮崎地方事務局 子どもの人権110番	0120-007-110
宮崎県教育委員会 子どもほっとテレホン （18歳までのこども専用電話）		0120-0840-57 (チャイルドラインみやざき)	土・日 9:00~21:00
NPO法人チャイルドラインみやざき チャイルドライン （18歳までのこども専用電話）		0120-99-7777	月~土 16:00~21:00

相談内容	相談窓口	電話番号	相談日・時間	
商品やサービスの契約トラブルについて	宮崎県消費生活センター	0985-25-0999	月～土*	9:00～19:00 (土曜は17:00まで)
	宮崎県消費生活センター 都城支所	0986-24-0999	月～金*	9:00～17:00
	宮崎県消費生活センター 延岡支所	0982-31-0999	月～金*	9:00～17:00
多重債務、ヤミ金融、金銭トラブル等について	宮崎県商工政策課 宮崎県消費者金融相談所	0985-26-7100	月～金*	10:00～17:00
	宮崎県警察本部 悪質金融相談	0985-22-5050	月～金*	9:00～15:45
	悪質商法について	宮崎県警察本部 悪質商法110番	0985-22-8080	月～金* 9:00～15:45
借金、多重債務、離婚、相続等の法律相談	日本司法支援センター宮崎地方事務所 法テラス宮崎	050-3383-5530	月・火・木・金*	13:30～16:30
	宮崎県弁護士会 法律相談センター (予約番号)	0985-22-2466	月～金*	9:00～17:00
	宮崎県司法書士会 司法書士ホットライン	0120-96-9657	月～金*	9:00～12:00 13:00～16:00
	中小企業の融資制度	宮崎県商工政策課金融対策室	0985-26-7097	月～金* 8:30～17:15
法律相談	宮崎県司法書士会 総合相談センター (予約番号)	0985-28-8538	月～金*	8:30～17:00
	宮崎県弁護士会 夜間テレホン法律相談	0985-23-6112	水*	19:00～20:30
	宮崎県弁護士会 高齢者・障がい者無料法律相談	0985-23-6112	金*	10:00～12:00
犯罪被害について	公益社団法人みやざき被害者支援センター 犯罪被害者相談電話	0985-38-7830	月～金*	10:00～16:00
	法テラス犯罪被害者支援 犯罪被害者支援ダイヤル	0570-079714	月～土*	9:00～21:00 (土曜は17:00まで)
	宮崎県警察本部 女性被害相談電話(性犯罪)	0985-31-8740	月～金*	9:00～17:30
犯罪などの被害防止、生活安全について	宮崎県警察本部 警察安全相談室	0985-26-9110 #9110(短縮ダイヤル) 0985-29-2525	月～金*	8:30～17:45
暴力団のこと	宮崎県警察本部 暴力団関係相談電話	0985-27-7110	月～金*	9:00～17:45
働く人の心と身体の悩み	公益社団法人宮崎県医師会 宮崎県南那珂地域産業保健センター	0987-23-2951	月～金*	9:00～17:00
	公益社団法人宮崎県医師会 宮崎県都城・西諸地域産業保健センター	0986-22-0754	月～金*	9:00～17:00
	公益社団法人宮崎県医師会 宮崎県北地域産業保健センター	0982-26-6901	月～金*	9:00～17:00
	公益社団法人宮崎県医師会 宮崎県中部地域産業保健センター	0985-50-8330	月～金*	9:00～17:00
	独立行政法人労働者健康福祉機構宮崎産業保健推進連絡事務所 メンタルヘルス対策支援センター	0985-22-7626	月～金*	13:00～17:00
解雇、配置転換、職場でのいじめなど	宮崎労働局 総合労働相談コーナー	0985-38-8821	月～金*	8:30～17:15
	宮崎労働基準監督署 宮崎総合労働相談コーナー	0985-29-6000	月～金*	8:30～17:15
	延岡労働基準監督署 延岡総合労働相談コーナー	0982-34-3331	月～金*	8:30～17:15
	都城労働基準監督署 都城総合労働相談コーナー	0986-23-0192	月～金*	8:30～17:15
	日南労働基準監督署 日南総合労働相談コーナー	0987-23-5277	月～金*	8:30～17:15
	職場のセクハラ	宮崎労働局雇用均等室	0985-38-8827	月～金*
ひとり親世帯の相談	財団法人宮崎県母子寡婦福祉連合会 宮崎県母子寡婦福祉連合会	0985-22-4696	月～金*	8:30～17:15
高齢者のこと、介護のことなど	社会福祉法人宮崎県社会福祉協議会 高齢者総合支援センター	0985-25-1100 Fax 0985-22-6670	月～土*	8:30～17:15

※居住地の「地域包括支援センター」でも相談できます

相談内容	相談窓口	電話番号	相談日・時間	
DV、セクハラなど	宮崎地方法務局 女性の権利ホットライン	0570-070-810	月～金*	8:30～17:15
	宮崎県女性相談所 (配偶者暴力相談支援センター)	0985-22-3858	月～日*	9:00～20:30 (土・日は15:00まで)
	NPO法人ハートスペースM 女性のホットライン えむコール	0985-29-2545	日・月	10:00～17:00
女性の心身の問題	宮崎県健康増進課 女性専門相談スマイル(健康上の悩み)	0985-28-2668 (中央保健所)	月*	9:30～15:30
		090-8912-5331 (都城保健所)	木*	9:30～15:30
		080-1741-4772 (延岡保健所)	火*	9:30～15:30
		0985-28-2668 (中央保健所)	火・水・金*	9:30～15:30
	宮崎県健康増進課 不妊専門相談ウイング	090-8912-5331 (都城保健所)	第2・4金*	9:30～15:30
		080-1741-4772 (延岡保健所)	第1・3木*	9:30～15:30
生活保護のこと	宮崎県中央福祉こどもセンター(生活保護担当)	0985-26-1551	月～金*	8:30～17:15
	宮崎県南部福祉こどもセンター(生活保護担当)	0986-23-4520	月～金*	8:30～17:15
	宮崎県北部福祉こどもセンター(生活保護担当)	0982-32-6122	月～金*	8:30～17:15
	児湯福祉事務所	0983-22-1404	月～金*	8:30～17:15
	西臼杵支庁 福祉課	0982-72-2193	月～金*	8:30～17:15
	宮崎市福祉事務所(宮崎市社会福祉課)	0985-21-1775	月～金*	8:30～17:15
	都城市福祉事務所(都城市保護課)	0986-23-2764	月～金*	8:30～17:15
	延岡市福祉事務所	0982-22-7041	月～金*	8:30～17:15
	日南市福祉事務所	0987-31-1164	月～金*	8:30～17:15
	小林市福祉事務所	0984-23-0111	月～金*	8:30～17:15
	日向市福祉事務所	0982-52-2111	月～金*	8:30～17:15
	串間市福祉事務所	0987-72-0333	月～金*	8:30～17:15
	西都市福祉事務所	0983-43-0376	月～金*	8:30～17:15
	えびの市福祉事務所	0984-35-1111	月～金*	8:30～17:15
障害のある方々のさまざまな悩み	宮崎県障害者社会参加推進センター 障がい者110番	0985-26-3040	月～金*	9:00～17:00
身体障がい・高次脳機能障害に関すること	宮崎県身体障害者相談センター	0985-29-2556	月～金*	8:30～17:15
精神障がいに関すること	宮崎県精神保健福祉センター	0985-27-5663	月～金*	8:30～17:15
知的障がいに関すること	宮崎県中央福祉こどもセンター	0985-26-1551	月～金*	8:30～17:15
	宮崎県南部福祉こどもセンター	0986-23-4520	月～金*	8:30～17:15
	宮崎県北部福祉こどもセンター	0982-35-1700	月～金*	8:30～17:15
発達障がいに関すること	社会福祉法人宮崎県社会福祉事業団 宮崎県中央発達障害者支援センター	0985-85-7660	月～金*	9:00～17:00
	社会福祉法人宮崎県社会福祉事業団 宮崎県都城発達障害者支援センター	0986-22-2633	月～金*	9:00～17:00
	社会福祉法人宮崎県社会福祉事業団 宮崎県延岡発達障害者支援センター	0982-23-8560	月～金*	9:00～17:00
障がい者虐待防止・権利擁護	宮崎県障害福祉課 宮崎県障がい者権利擁護センター	0985-26-7670	年中無休	24時間
難病に関すること	宮崎県難病相談支援センター 難病相談	0985-31-3414	月～金*	10:00～16:00
自死遺族の方へ	NPO法人宮崎自殺防止センター ランタンのつどい(自死遺族のわかちあいの会)	0985-27-5663 (問合せは月～金*でお願いします)	原則第2土曜	14:00～16:00
	小林保健所(自死遺族の集い)	0984-23-3118	第4土曜 (12月のみ第3土曜)	13:00～15:00
	一般社団法人日本臨床心理士会 自死遺族ライン	03-3813-9970	水*	19:00～21:00

\*祝日、年末年始を除く

こころの健康に関する相談窓口（市町村）

宮崎市保健所 地域保健課（※お住まいの地区の担当保健センターにご相談ください）	0985-29-5281	高原町 ほほえみ館	0984-42-4820
※中央保健センター	0985-29-5281	国富町 福祉課	0985-75-9403
※総合福祉保健センター	0985-52-1506	綾町 健康センター	0985-77-0195
※佐土原保健センター	0985-73-1115	高鍋町 健康づくりセンター	0983-23-2323
※田野保健センター	0985-86-0117	新富町 いきいき健康課	0983-33-6059
※高岡福祉保健センター（穆園館）	0985-82-5294	西米良村 福祉健康課	0983-36-1114
※清武保健センター	0985-85-1144	木城町 福祉保健課	0983-32-4734
都城市 福祉課	0986-23-2980	川南町 健康福祉課	0983-27-8009
延岡市 健康増進課	0982-22-7014	都農町 健康管理センター	0983-25-1008
日南市 健康増進課	0987-31-1129	門川町 町民課	0982-63-1140
小林市 健康推進課	0984-23-0323	諸塚村 住民福祉課	0982-65-1119
日向市 いきいき健康課	0982-52-2111	椎葉村 福祉保健課	0982-68-7510
串間市 福祉保健課	0987-72-0333	美郷町 健康福祉課	0982-66-3610
西都市 健康管理課	0983-43-1146	高千穂町 保健福祉総合センター	0982-72-7117
えびの市 健康保険課	0984-35-1111	日之影町 保健センター	0982-87-2100
三股町 福祉・消費生活相談センター	0986-52-0999	五ヶ瀬町 住民福祉課	0982-82-1702

福祉に関すること、生活上の困りごとに関する相談窓口（社会福祉協議会）

宮崎市社会福祉協議会	0985-52-5131	高鍋町社会福祉協議会	0983-22-4076
都城市社会福祉協議会	0986-25-2123	新富町社会福祉協議会	0983-33-4213
延岡市社会福祉協議会	0982-32-6555	西米良村社会福祉協議会	0983-36-1212
日南市社会福祉協議会	0987-23-1191	木城町社会福祉協議会	0983-32-2114
小林市社会福祉協議会	0984-23-3466	川南町社会福祉協議会	0983-21-3802
日向市社会福祉協議会	0982-52-2572	都農町社会福祉協議会	0983-25-0048
串間市社会福祉協議会	0987-72-6943	門川町社会福祉協議会	0982-63-7210
西都市社会福祉協議会	0983-43-3160	諸塚村社会福祉協議会	0982-65-0375
えびの市社会福祉協議会	0984-35-2800	椎葉村社会福祉協議会	0982-67-2275
三股町社会福祉協議会	0986-52-1246	美郷町社会福祉協議会	0982-59-0787
高原町社会福祉協議会	0984-42-2230	高千穂町社会福祉協議会	0982-72-3663
国富町社会福祉協議会	0985-75-6267	日之影町社会福祉協議会	0982-87-2680
綾町社会福祉協議会	0985-77-3066	五ヶ瀬町社会福祉協議会	0982-82-1520