

	相談内容	相談窓口・相談機関	電話番号等	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・薬物やギャンブル等の依存の問題・精神障害者の医療・社会復帰等に関する相談 ※精神科医師などによる「こころの健康相談」は要予約	福島県	精神保健福祉センター	024-535-3556	月～金 8:30～17:15 電話、又は来所による相談を受けつけています
			県北保健福祉事務所 障がい者支援チーム	024-534-4300	
			県中保健福祉事務所 障がい者支援チーム	0248-75-7811	
			県南保健福祉事務所 障がい者支援チーム	0248-22-5649	
			会津保健福祉事務所 障がい者支援チーム	0242-29-5275	
			南会津保健福祉事務所 保健福祉課	0241-63-0305	
			相双保健福祉事務所 障がい者支援チーム	0244-26-1132	
		福島市 福島市役所 障がい福祉課	024-525-3746		
	郡山市 郡山市保健所 地域保健課	024-924-2163			
	いわき市 いわき市保健所 地域保健課	0246-27-8557			
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 18:30～22:30 (受付は22:00まで)	
	福島いのちの電話		024-536-4343 (メール相談) soudan@fukushima-inochi.com	毎日 10:00～22:00 毎月第3土 22:00～翌日10:00 メール相談は受付後、原則5日以内の返信になります。	
	岩手・宮城・福島専用よりそいホットライン		0120-279-226	24時間 365日	
	LINE相談「こころつなぐ@福島」		スマートフォン、タブレット等で以下の2次元コードを読み取って「友だち追加」することで相談できます。 	毎日 18:00～22:00 (受付は21:30まで) 2次元コードの読み取りがうまくいかないときは、LINEアプリの「友だち追加」の「検索」で、ID【@228dnon】を検索して追加する方法でもご利用可能です。	
自殺を考えるほどの苦しい思いを聞きます	東京自殺防止センター		03-5286-9090	毎日 20:00～翌日2:30 (月曜日は22:30～翌日2:30) (火曜日は17:00～翌日2:30)	
	自殺予防いのちの電話		0120-783-556	毎日 16:00～21:00 毎月10日は 8:00～翌日8:00	
被災された方のこころの相談	被災者相談ダイヤル ふくここライン (ふくしま心のケアセンター)		0120-783-295	月～金 9:00～12:00 13:00～17:00	
	ふくしま寄り添いフリーダイヤル(予約制)		0120-556-189	相談時間10:00～22:00 (予約は24時間受付)	