

おひとりで悩まずご相談ください

<相談窓口一覧> 目次 クリック

～つらい、苦しい、生きづらさを感じる～

～被災された方向け（こころの相談）～

～ひきこもりについて相談したい～

～子どもたちがいじめ等の悩みを相談したいと思ったら～

～結婚・妊娠・子育て等について悩んでいる～

～医療について相談したい～

～高齢者・介護・認知症等について悩んでいる～

～障がいがあることにより悩んでいる～

～女性に寄り添った相談支援～

～性暴力について悩んでいる～

～犯罪被害等について相談したい～

～生活に困っている、働きたくても働けない、住む所がない等～

～就職・労働について相談したい～

～外国人住民の方向け～

～消費生活について悩まれている方へ～

～社会福祉全般に関する相談～

～県の総合相談窓口～

～つらい、苦しい、生きづらさを感じる～

●こころの健康相談

相談先	こころの健康相談ダイヤル
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)

●こころの病・不安・孤独・生きづらさ等

相談先	LINE相談(こころつなぐ@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)	

～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)

～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)

～子どもたちがいじめ等の悩みを相談したいと思ったら～

●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)

～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。	

～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)

～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
日時	【電話相談】月～金(祝日、年末年始を除く10:00～16:00) 【面接相談】事前予約制(祝日、年末年始を除く)

～障がいがあることにより悩んでいる～

●障がい者の福祉、就労、権利擁護等の諸問題に関する相談

相談先	障がい者110番(障がい者社会参加推進センター)
電話番号	024-563-5110
日時	月～金(祝日、年末年始を除く8:30～17:00)

●障がい者差別などの様々な相談

相談先	障がい者差別解消相談ダイヤル(福島県保健福祉部障がい福祉課)
電話番号	024-521-8740
日時	月～金(祝日、年末年始を除く8:30～17:15)

～女性に寄り添った相談支援～

●日常生活の中で直面する悩み、DVの相談等

相談先	福島県男女共生センター 相談室
電話番号	0243-23-8320 ※法律相談、女性のためのカウンセリング等は予約制
日時ほか	火・木～日 9:00～12:00/13:00～16:00 水 13:00～17:00/18:00～20:00 火 17:00～20:00(男性相談員による相談)

●配偶者等の暴力や女性の福祉に関する相談

相談先	女性のための相談支援センター
電話番号	024-522-1010
日時ほか	祝日、年末年始を除く毎日9:00～21:00

相談先	相談窓口	電話番号
県北地域	県北保健福祉事務所 健康福祉部	024-534-4118
県中地域	県中保健福祉事務所 健康福祉部	0248-75-7809
県南地域	県南保健福祉事務所 健康福祉部	0248-22-5647
会津地域	会津保健福祉事務所 健康福祉部	0242-29-5278
南会津地域	南会津保健福祉事務所 健康福祉部	0241-63-0305
相双地域	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)	

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>

～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、 相談をすることができます。

～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)

～生活に困っている、働きたくても働けない、住む所がない等～

●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)	

～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)	

～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 (三者通話電話)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・ ベトナム語・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	

～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)	

～社会福祉全般に関する相談～

相談先 ・ 電話番号	福島県社会福祉協議会	024-523-1251
	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)	

～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)