**石川県相談窓口一覧**

◆こころの健康やこころの悩みに関する相談窓口

相談内容や受付時間については、各相談窓口で確認してください。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **相談窓口** | **電話番号** | **受付時間** |
| 石川県南加賀保健福祉センター  （管轄地域：小松市、加賀市、能美市、川北町） | 0761-22-0796 | https://qr.quel.jp/tmp/7d9330774d11bb39b62193c9e8a6e9cb2021a06b.png石川県  健康福祉部  連絡先一覧 |
| 石川県石川中央保健福祉センター  （管轄地域：かほく市、白山市、野々市市、  津幡町、内灘町） | 076-275-2250 |
| 金沢市泉野福祉健康センター | 076-242-1131 | https://qr.quel.jp/tmp/bba82835f711ebd647421538cce738e6070f2674.png金沢市在住対象  こころの健康相談  ・精神科医による  ・心理士による  ・ひきこもり　など |
| 金沢市元町福祉健康センター | 076-251-0200 |
| 金沢市駅西福祉健康センター | 076-234-5103 |
| 石川県こころの健康センター（面接相談・予約制）  https://qr.quel.jp/tmp/6c4132aa2099215a6e6289361177f47fec8edbb6.png | 076-238-5750 | 月～金曜日  8時30分～17時15分（祝日等除く）  ・対人関係や性格についての悩み  ・ストレスによる心身の不調  ・学校、職場、家庭内で起こっている心の問題  ・アルコールや薬物に関する問題  ・精神に障害のある方の生活や社会参加などの相談  ・ひきこもりの悩み  ・妻や恋人への暴力を止めたい・治したいと悩んでいる男性に関する相談 |
| 石川県こころの相談ダイヤル | 076-237-2700 | 365日24時間対応 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| こころの相談室 （石川産業保健総合支援センター内） | 076-265-3886 | https://qr.quel.jp/tmp/546daffee34d59628e3ab5aa67a781202dece773.png相談員のスケジュールを確認して申し込む。  AM8:30～PM5:15（平日）  休日：土・日・祝・年末年始 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 金沢こころの電話 | 一般 | 076-222-7556 | 月・火・水曜日　18時00分～21時00分  木・金　　　　　18時00分～23時00分  土　　　　　　　15時00分～23時00分  日　　　　　　　 9時00分～23時00分  祝日・振休　9時00分～23時00分（月・火・水は21時00分まで） |
| 高齢者 | 076-260-7272 |

**厚生労働省のホームページ**で紹介されている

ＳＮＳ相談窓口一覧（2020年４月から開設されたもの）

* 医療相談会　やすらぎ金沢　　076－243-1612（石川県立中央高校内）

　毎週木曜日　14：00～16：00　医師（精神科）または、臨床心理士（公認心理士）が担当

◆いじめ等に関する相談窓口

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **相談窓口** | **電話番号** | **受付時間** |
| 24時間子供SOS相談テレホン | 076-298-1699 | 24時間 |
| 0120-0-78310（フリーダイヤル) |
| 家庭教育電話相談 | 076-263-1188 | 月～土曜日（祝日等除く）  9時00分～13時00分 |
| いじめ110番 | 0120-617-867 | 24時間 |
| チャイルドライン・いしかわ （18歳以下の子ども専用電話） | 0120-99-7777 | 毎日16時00分～21時00分 |
| 子どものなやみごと相談  （金沢弁護士会） ※弁護士による無料法律電話相談 | 076-221-0831 | 木曜日  12時30分～16時30分  （祝日等除く） |

 

* **厚生労働省のホームページ**で紹介されている

ＳＮＳ相談窓口一覧（今年４月から開設されたもの）

* **LINE公式アカウント「心のほっと石川掲示板  県障害保健福祉課」**平成30年9月3日から開設

 LINE公式アカウント「心のほっと石川掲示板  県障害保健福祉課」を開設し、こころの悩み相談など各種相談窓口の紹介や、こころの健康づくりに関するイベント情報を発信します。

1.アカウント名  「心のほっと石川掲示板  県障害保健福祉課」

2.ID              @ncp6204n

3.QRコード

4.登録方法      LINEアプリで、上記のIDまたはQRコードから、「心のほっと石川掲示板  県障害保健福祉課」を友だち追加してください。