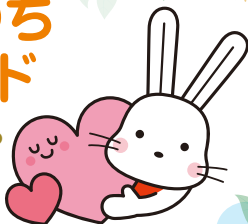


# こころといのち サポートカード

私たちにできることから  
はじめませんか？

福島市障がい福祉課



## ●お金のトラブルを抱えている方

### 悪質商法等の消費者トラブルに関する相談

|             |           |                |
|-------------|-----------|----------------|
| 福島市消費生活センター | ☎522-5999 | 月～金 9:00～16:00 |
|-------------|-----------|----------------|

### 多重債務に関する相談

|             |           |                |
|-------------|-----------|----------------|
| 福島市消費生活センター | ☎522-7867 | 月～金 9:00～16:00 |
|-------------|-----------|----------------|

|             |           |                               |
|-------------|-----------|-------------------------------|
| 財務省 福島財務事務所 | ☎533-0064 | 月～金 8:30～12:00<br>13:00～16:30 |
|-------------|-----------|-------------------------------|

### 悪質商法等の消費者トラブル、多重債務に関する相談

|                                                                                                                             |           |                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------------------------|
| 福島県消費生活センター<br>Web受付: <a href="https://www.pref.fukushima.lg.jp/sec/16005b">https://www.pref.fukushima.lg.jp/sec/16005b</a> | ☎521-0999 | 月～金 9:00～18:30<br>第4日曜日 9:00～16:30 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------------------------|

## ●ひきこもりや社会参加について悩んでいる方

### ひきこもり、不登校等に関する相談

|                  |               |                |
|------------------|---------------|----------------|
| 福島県ひきこもり相談支援センター | ☎024-955-6203 | 火～土 9:30～17:30 |
|------------------|---------------|----------------|

## ●市立小・中・義務教育学校・特別支援学校においていじめ等で悩んでいる方の相談

|                |                       |                |
|----------------|-----------------------|----------------|
| 福島市教育委員会 学校教育課 | ☎535-1111<br>(内線5341) | 月～金 8:30～17:15 |
|----------------|-----------------------|----------------|

## ●市内小・中・義務教育学校・特別支援学校において不登校等で悩んでいる方の教育相談

|                              |           |                |
|------------------------------|-----------|----------------|
| 福島市教育委員会 教育研修課<br>(総合教育センター) | ☎536-7700 | 月～金 9:00～17:00 |
|------------------------------|-----------|----------------|

## ●その他、生活全般について悩んでいる方

### 生活の悩みごと

|          |           |                |
|----------|-----------|----------------|
| 福島市市民相談室 | ☎535-2121 | 月～金 9:00～16:00 |
|----------|-----------|----------------|

### 経済的な不安、生活の困りごと

|          |           |                               |
|----------|-----------|-------------------------------|
| 福島市生活福祉課 | ☎525-3725 | 月～金 9:00～11:30<br>13:00～16:30 |
|----------|-----------|-------------------------------|

|                                                                                           |              |                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------|
| 離婚、借金、相続などの相談（適切な相談窓口の案内、無料法律相談（条件有・予約制）、弁護士費用の立替（審査制）あり）<br>日本司法支援センター<br>法テラス（サポートダイヤル） | ☎0570-078374 | 月～金 9:00～21:00<br>土 9:00～17:00 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------|

## ●被災された方

### 被災された方のこころの相談

|                                      |               |                                  |
|--------------------------------------|---------------|----------------------------------|
| 被災者相談ダイヤル ふくこころライン<br>(ふくしま心のケアセンター) | ☎0120-783-295 | 月・水・金 10:00～12:30<br>13:30～16:00 |
|--------------------------------------|---------------|----------------------------------|

# 自殺を予防するために

気づき



つなぎ



傾聴



見守り



## 相談窓口一覧

(令和8年7月現在)

全ての相談機関は、あなたのプライバシーを守ります。安心してご相談ください。  
(注)相談受付時間の曜日指定の場合は、祝日・年末年始を除きます。

### ●こころや身体に不調がある方

| 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 | 月～金 9:00～17:00<br>18:30～22:00         |
| 福島いのちの電話                                 | ☎536-4343     | 毎日 10:00～22:00<br>第3土曜日 10:00～翌日10:00 |
| 自殺予防いのちの電話                               | ☎0120-783-556 | 毎月10日 8:00～翌日8:00(24時間)               |
| よりそいホットライン                               | ☎0120-279-226 | 24時間                                  |
| こころの健康、ひきこもり、アルコール問題、障がい者の医療・社会復帰等に関する相談 |               |                                       |
| 福島市障がい福祉課                                | ☎525-3746     | 月～金 8:30～17:15                        |
| 福島市健康づくり推進課                              | ☎525-7674     | 月～金 8:30～17:15                        |
| 福島県精神保健福祉センター                            | ☎535-3556     | 月～金 8:30～17:15                        |

### ●家庭関係について悩みがある方

| 女性が抱える相談                 |           |                               |
|--------------------------|-----------|-------------------------------|
| 福島市こども家庭課                | ☎525-3780 | 月～金 8:30～17:15                |
| 福島県女性のための相談支援センター        | ☎522-1010 | 毎日 9:00～21:00<br>(祝日・年末年始を除く) |
| 家庭関係や児童虐待、子育ての悩み相談       |           |                               |
| 福島市こども家庭センター・えがお(こども家庭課) | ☎525-3780 | 月～金 8:30～17:15                |
| 福島県中央児童相談所               | ☎534-5101 | 月～金 8:30～17:15                |
| 高齢者虐待、権利擁護に関する相談         |           |                               |
| 福島市長寿福祉課                 | ☎525-7657 | 月～金 8:30～17:15                |

### ●仕事や職場で悩んでいる方

| 事業主等及び労働者からのこころ・身体の健康に関する相談 |           |                   |
|-----------------------------|-----------|-------------------|
| 福島産業保健総合支援センター              | ☎526-0526 | 毎週木曜日 10:00～12:00 |

### ●大切な人を亡くした方

| 自死や病気、事故、災害で大切な人を亡くした方の相談 |                                       |                                                                                   |
|---------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| NPO法人 福島れんげの会             | ☎090-6623-8341<br>renge8341@gmail.com | ホームページ参照<br><a href="https://www.kokorosasae.jp/">https://www.kokorosasae.jp/</a> |
| NPO法人 ReLink (りんく)        | ☎050-3550-1844<br>relink.f@gmail.com  | ホームページ参照<br><a href="https://relinkf.com/">https://relinkf.com/</a>               |