

つらい気持ちを 誰かに話してみませんか？



【唐津保健福祉事務所】

TEL 0955-73-4187

(令和5年6月作成)

<こころの相談>

○「自分は病気かもしれない」「死ぬことばかり考えてしまう」「今の辛い気持ちを聞いてほしい」
そんな時に、まず、ご相談ください。

相談機関	電話	対応時間
唐津保健福祉事務所 (精神保健福祉担当)	0955-73-4187	平日
佐賀県精神保健福祉センター (相談・指導担当)	0952-73-5060	9:00~16:45

○お住いの市町でも相談を受け付けています。
(こころの相談)

相談機関	電話	対応時間
唐津市保健医療課	0955-75-5161	平日 8:30~17:15
玄海町 子ども・ほけん課	0955-52-2158	

○突然死にたい気持ちになり、不安になったら…





相談機関	電話	対応時間
佐賀いのちの電話	0952-34-4343	毎日 24 時間
佐賀県自殺予防 夜間相談電話	0120-400-337	毎日 23:00~5:00
佐賀こころの電話	0952-73-5556	平日 9:00~16:00

○緊急に精神科の受診について相談したいとき

相談機関	電話	対応時間
佐賀県精神科救急 情報センター	0952-20-0212	毎日 24 時間

※かかりつけの医療機関をお持ちで連絡が取れる場合は、まずそちらにご相談ください。

○気軽に相談できるLINE・チャット等での相談窓口もあります。

相談機関	相談機関
「生きづらびっと」 LINE 友だち追加 	「こころのほっとチャット」 LINE 友だち追加 
「10代20代女の子専用LINE」友だち追加 	18歳以下の子どものための「チャイルドラインチャット相談」 ※電話もできます 0120-99-7777 毎日16:00~21:00 

○妊娠・出産・子育ての悩みや不安に関する相談

相談機関	電話	対応時間
妊娠SOSさが	0120-279-392	月曜~木曜 9:00~17:00 金曜 9:00~22:00 (祝日・年末年始除く)
佐賀県北部児童相談所	0955-73-1141	来所：平日 8:30~17:15 (年末年始除く) 電話：毎日 8:30~17:15
唐津市こども家庭相談室	0955-53-7181	平日 8:30~17:15
玄海町こども・ほけん課	0955-52-2159	平日 8:30~17:15

○いじめに関する相談

相談機関	電話	対応時間
いじめホットライン (小・中・高校生、保護者)	0952-27-0051	毎日 24 時間
子供の人権110番	0120-007-110	平日 8:30~17:15
24時間子供SOSダイヤル	0120-078-310	毎日 24 時間

<くらしに関する相談>

○職場・家庭や離婚・DV問題等

相談内容	相談機関	電話	対応時間
電話相談 対面相談	佐賀県婦人相談所	0952-26-1212	月曜～金曜 8:30～17:15 (祝日・年末年始除く)
	アバンセ 女性総合相談	0952-26-0018	火曜～土曜 9:00～21:00 日曜・祝日 9:00～16:30 (月曜・年末年始除く)
電話相談	アバンセ 男性総合相談	080-6426-3867	毎週水曜(祝日除く) 19:00～21:00
対面相談			第4土曜 14:00～16:00 (要予約)
電話相談	アバンセ LGBTsに関する相談	090-1926-8339	第2土曜、第4木曜 14:00～16:00
職場でのセクハラ・パワハラ・マタハラ・いじめ等	佐賀労働局 雇用環境・均等室	0952-32-7218	平日 8:30～17:15 (専門相談員対応時間 9:30～17:00)
	唐津労働基準監督署 (総合労働相談コーナー)	0955-73-2179	
事業所・労働者のメンタルヘルスを含む健康相談	唐津東松浦地域産業保健センター (50人未満の事業所対象)	080-5952-8510	平日 9:00～17:00 (要予約)
働く人のメンタルヘルスポータルサイト	こころの耳電話相談 (無料)	0120-565-455	月曜・火曜 17:00～22:00 土曜・日曜 10:00～16:00 (祝日・年末年始除く)
	こころの耳メール相談	URL : https://kokoro.mhlw.go.jp/mail-soudan/	

○消費生活・債務・生活保護に関する相談

相談内容	相談機関	電話	対応時間
消費生活全般 (多重債務相談含む)	佐賀県消費生活センター	0952-24-0999	毎日 9:00～17:00 (年末年始除く) ※16:30までにお電話ください
生活困窮者	市在住者はお住いの市生活自立支援センター 町在住者は佐賀県生活自立支援センター 電話 0952-97-7322 対応時間 月曜～金曜 9:00～18:00 (祝日年末年始を除く)		
生活保護	お住まいの市町の福祉担当		平日 8:30～17:15

○労働・暮らし・金融・労災精神障害相談に関する相談

相談内容	相談機関	電話	対応時間
暮らし・金融	ライフサポートセンターさが	0120-931-536	平日 9:30～17:30
労働問題全般(対面)	佐賀県弁護士会 唐津部会	0955-73-2985	平日 9:00～17:00 (要予約)
労災保険給付等について臨床心理士が相談を受ける(対面可)	佐賀労働局 労災補償課	0952-32-7193	毎月第1・3水曜 13:30～16:30 (要予約)

○法的トラブル・法律に関する相談

相談内容	相談機関	電話	対応時間
法的トラブル (電話相談)	法テラス佐賀	0570-078361	平日 9:00～17:00
	佐賀県弁護士会	0952-24-3411	火曜・木曜 17:30～19:30 土曜 13:00～15:00
法律相談 (有料・対面相談)	佐賀県弁護士会 唐津部会	0955-73-2985	第2木曜/第1・3・5土曜 13:00～16:00 第4水曜日 18:00～20:00 (要予約)
		0952-29-0626	水曜 14:00～18:00 (要予約)
法律相談 (電話相談)	佐賀県司法書士会	0952-29-0635	月曜・火曜・木曜 18:00～20:00 (祝日年末年始除く)

