

困った時は、まず相談 こころの相談窓口一覧

もしあなたが困っていたら、一人で悩まず、ぜひ相談してください。大切な人が悩みを抱えていることに気づいたら、声をかけ、じっくりと話を聴いて、相談窓口を紹介してあげてください。

南部町相談窓口

※土日、祝日、年末年始を除く

内 容	相談窓口	電話番号	受付時間等
こころの悩み	健康こども課	0178-60-7100	月～金※ 8:15～17:00
	こころの相談専用電話	090-9747-6341	
子育て	健康こども課	0178-60-7100	
高齢者、介護	地域包括支援センター	0178-76-2555	
生活保護、障がい	福祉介護課	0178-60-7101	
こころのメール相談	kokoro@town.aomori-nanbu.lg.jp		
子育てメール相談	kosodate@town.aomori-nanbu.lg.jp		

青森県内・その他の相談機関

内 容	相談窓口	電話番号	受付時間等
死にたいくらい つらい	あおもりのいのちの電話	0172-33-7830	毎日 12:00～21:00 メール相談は左記相談窓口 のホームページから入室
	青森県民のための いのちの電話フリーダイヤル	0120-063-556	毎月1日・15日 12:00～21:00
こころの悩み	青森県立精神保健福祉セン ター「こころの電話」	017-787-3957 017-787-3958	月～金 9:00～16:00※
ひきこもり	青森県ひきこもり地域支援 センター	017-787-3953	月～金 9:00～16:00※
いじめ、虐待、学校、家庭	「24時間子供SOSダイヤル」	0120-0-78310	毎日24時間
配偶者、パートナー 等の暴力	「DV ホットライン」青森 県女性相談支援センター	0120-87-3081	毎日24時間(緊急通報専用)
借金、遺産相続、依存 症など	消費者信用生活協同組合八 戸事務所	0120-102-084	月～金、第2・4土曜日 (祝日除く) 9:00～17:00
法的には？借金、 登記や裁判のこと	法テラス青森	0570-078387	月～金 9:00～17:00※
	青森県弁護士会「相談案内 窓口」八戸市	0178-22-8823	月～金 9:00～17:00※
悪質商法や特殊詐欺 等の消費者トラブル	八戸市消費生活センター (八戸圏域8市町村の 消費生活相談窓口)	0178-43-9216	月～金 8:15～17:00※ 八戸市庁別館5階 商工政策課内