

ひとりで悩まないで！誰かに話してみませんか？



こころの電話帳

青T

検索



～相談電話・インターネット一覧～ **ダイジェスト版**

宮崎県自殺対策推進協議会 平成22年3月1日現在



分野	名称	電話番号	受付時間	
インターネット	みやざき こころ 青Tねっと	http://www.m-aot.net	相談機関等検索サイト	
	日本いのちの電話連盟	http://www.inochinodenwa-net.jp	自殺関連相談	
	宮崎県総合医療情報システム	http://e-navi.pref.miyazaki.lg.jp	医療機関登録ホームページ	
こころの悩み	こころの電話	0985-32-5566	9:00～19:00 月～金(祝日を除く)	
	NPO 法人宮崎自殺防止センター	0985-77-9090	水・金・日曜 20:00～23:00	
	NPO 法人東京自殺防止センター	03-5286-9090	年中無休 20:00～翌朝6:00	
	自殺予防いのちの電話	0120-738-556 (無料)	毎月10日 8:00～翌朝8:00	
	大分いのちの電話	097-536-4343		
	熊本	〃	096-353-4343	年中無休 24時間
	鹿児島	〃	099-250-7000	
	自死遺族ライン (日本臨床心理士会)	03-3813-9970	水曜 19:00～21:00	
遺族の集い	なやむなテレホン (青少年)	0985-22-7867	月～金(祝日を除く) 8:30～20:00	
	NPO 法人宮崎自殺防止センター	0985-77-9090	偶数月第2土曜 14:00～16:00	
生活安全	小林保健所 (自死遺族の集い)	0984-23-3118	第4土曜 13:00～15:00	
	宮崎犯罪被害者支援センター	0985-38-7830	10:00～16:00 月～金(祝日を除く)	
	警察安全相談室	0985-26-9110 (内線9110)	8:30～17:45 月～金(祝日を除く)	
	悪質金融相談	0985-29-2525		
	悪質金融相談	0985-22-5050	9:00～15:45 月～金(祝日を除く)	
	暴力ホットライン	0985-27-7110	9:00～17:45 月～金(祝日を除く)	
就労者の衛生管理	悪質商法110番	0985-22-8080	9:00～15:45 月～金(祝日を除く)	
	犯罪被害者支援ダイヤル	0570-079-714	9:00～21:00 月～金 9:00～17:00 土	
	宮崎産業保健推進センター	0985-62-2511		
	南那珂地域産業保健センター	0987-23-2951	9:00～17:00 月～金(祝日を除く)	
	都城・西諸	〃	0986-22-0754	標記は電話相談受付であり、 相談日は別途対応する。
労働者の健康相談	宮崎県北	〃	0982-26-6901	
	宮崎中部	〃	0985-50-8208	
	メンタルヘルス対策支援センター	0985-22-7626	13:00～17:00 月～金(祝日、年末年始を除く)	
	宮崎県労働政策課	0985-26-7106		
労政関係	日南県税 総務事務所 商工労政担当	0987-22-2636	職員 8:30～17:15 月～金(祝日を除く)	
	都城	〃	0986-23-4518	社労士
	延岡	〃	0982-33-2862	14:00～16:00第2・4水(祝日を除く)
障がい者	障がい者110番	0985-26-3040	9:00～17:00 月～金(祝日を除く)	
	身体障害者電話相談	0985-85-3180	8:30～17:00 月～金(祝日を除く)	
	精神障がいに関する電話相談	0985-71-4366	13:00～19:00 月～金(祝日を除く)	
	中央発達障害者支援センター	0985-85-7660	9:00～17:00 月～金(祝日を除く)	
	都城	〃	0986-22-2633	9:00～17:00 月～金(祝日を除く)
	延岡	〃	0982-23-8560	9:00～17:00 月～金(祝日を除く)
障がい者の就労支援	みやざき障害者就業・生活支援センター	0985-63-1337		
	みやこのじょう	〃	0986-22-9991	
	こばやし	〃	0984-22-2539	9:00～17:00 月～金 (祝日、年末年始を除く)
	ひゅうが	〃	0982-57-3007	
	のべおか	〃	0982-20-5283	



ひとりで悩まないで！

分野	名称	電話番号	受付時間
一般	男女共同参画センター 相談室	0985-60-1822	9:30～21:00 月～土
	難病相談	0985-31-3414	9:00～16:30 月～金
サラ金	宮崎県消費者金融相談所	0985-26-7100	月～金 10:00～17:00 (祝日を除く)
多重債務	宮崎県消費生活センター	0985-25-0999	月～土曜 9:00～17:00 ただし、土曜日は電話相談のみ(祝日、年末年始を除く)
	都城地方消費生活センター	0986-24-0999	月～金曜 9:00～17:00(祝日、年末年始を除く)
	延岡	0982-31-0999	月～金曜 9:00～17:00(祝日、年末年始を除く)
	宮崎県消費者金融相談所	0985-26-7100	月～金曜 10:00～17:00(祝日を除く)
	日本司法支援センター宮崎地方事務所 法テラス	050-3383-5530	月・火・木曜 13:30～16:30 予約制
	宮崎県弁護士会	0985-22-2466	水・金曜 13:30～16:30
法律相談支援	宮崎県司法書士会	0985-28-8538	予約受付：月～金 8:30～17:00 水曜 18:00～20:00
	司法書士ホットライン	0120-96-9657(無料)	9:00～12:00、13:00～16:00 月～金 (祝日を除く)
	司法書士総合相談センターみやざき	0985-28-8538	予約受付/8:30～17:00 月～金(祝日を除く)
	〃 こゆ	090-2519-6275	予約受付/10:00～18:00 月～金(祝日を除く)
	〃 のべおか	090-2581-3479	予約受付/9:00～17:00 月～金(祝日を除く)
	〃 ひゅうが	090-6894-0966	予約受付/9:00～16:00 月～金(祝日を除く)
	〃 にちなん	080-1725-2391	予約受付/10:00～15:00 月～金(祝日を除く)
	〃 みやこのじょう	0986-25-3240	予約受付/9:00～16:00 月～金(祝日を除く)
子育て・教育	〃 にしもろ	0984-23-5330	予約受付/9:00～17:00 月～金(祝日を除く)
	子ども・ほほえみダイヤル	0985-28-4152	9:00～24:00
	ふれあいコール	0985-38-7654 0985-31-5562	8:30～21:00 月～金(祝日を除く)
	ママパパライン	0120-920-807(無料) 0985-83-2539	10:00～13:00 月・火・水・木曜(祝日を除く)
	宮崎か母ちゃっくらぶ	0985-35-7210	10:00～16:00 月～金(祝日を除く)
子どもの人権	子どもの人権110番	0120-007-110(無料)	8:30～17:15 月～金(祝日を除く)
	チャイルドラインみやざき	0120-084-057(〃) 18歳までの子ども専用電話	毎週土曜日と第一日曜日 15:00～21:00
奨学金(遺児)	あしなが育英会 本部	03-3221-0888	—
少年	警察本部ヤングテレフォン	0985-23-7867	24時間対応
	宮崎北警察署	0985-28-7874	
	宮崎南警察署	0985-51-7373	
	日南警察署	0987-23-0399	
	串間警察署	0987-72-5552	
	都城警察署	0986-23-7874	
	小林警察署	0984-22-3741	
	えびの警察署	0984-33-5552	
	高岡警察署	0985-82-3749	
	西都警察署	0983-42-1110	
	高鍋警察署	0983-23-3741	
	日向警察署	0982-53-6860	
	延岡警察署	0982-21-7874	
高千穂警察署	0982-72-6220		
地域づくり	NPO法人みんなのくらしターミナル	0985-88-1057	10:00～17:00 月～金(祝日、年末年始を除く)
仲間づくり	スタイリッシュ宮崎	090-7394-2320	18:00～21:00 第1・3水曜日
引きこもり	NPO法人フロンティア会	080-3975-5013	9:00～17:00 月～金(祝日を除く)
	みやざき楠の会	090-9603-8780	
薬物依存	宮崎ダルク	0985-38-5099	10:00～17:00 月～金(祝日、年末年始を除く)

誰かに話してみませんか？



分野	名称	電話番号	受付時間	
女性	女性の人権ホットライン	0570-070-810	8:30~17:15 月~金(祝日を除く)	
	女性相談	0985-22-3858	9:00~20:30 月~金 土日は15:00まで	
	女性のホットライン えむコール	0985-29-2545	10:00~17:00 日曜・月曜	
	女性専門相談スマイル (健康上の悩み)	(中央保健所)	0985-28-2668	9:30~15:30 月曜日(祝日を除く)
		(都城保健所)	090-8912-5331	9:30~15:30 木曜日(祝日を除く)
		(延岡保健所)	080-1741-4772	9:30~15:30 火曜日(祝日を除く)
	不妊専門相談ウイング	(中央保健所)	0985-28-2668	9:30~15:30 火・水・金(祝日を除く)
(都城保健所)		090-8912-5331	9:30~15:30 第2・4金曜(祝日を除く)	
女性被害相談電話(性犯罪)	(延岡保健所)	080-1741-4772	9:30~15:30 第1・3木曜(祝日を除く)	
		0985-31-8740	9:00~17:30 月~金(祝日を除く)	
交通事故	交通事故相談	0985-26-7039	9:00~12:00、13:00~16:00 月~金(祝日を除く)	
福祉の 相談	宮崎市社会福祉協議会	0985-52-5131	9:00~17:00 月~金(祝日を除く) なお、市町村によっては、相談時間に変更が生ずる可能性がありますので、あらかじめご了承下さい。	
	〃 田野支所	0985-86-2017		
	〃 佐土原支所	0985-36-2021		
	〃 高岡支所	0985-82-4721		
	都城市社会福祉協議会	0986-25-8349		
	〃 山之口支所	0986-57-4577		
	〃 高城支所	0986-58-3279		
	〃 山田支所	0986-64-2200		
	〃 高崎支所	0986-62-1548		
	延岡市社会福祉協議会	0982-32-6555		
	〃 北方支所	0982-47-3294		
	〃 北川支所	0982-46-2123		
	〃 北浦支所	0982-45-2427		
	日南市社会福祉協議会	0987-23-1174		
	〃 北郷支所	0987-55-2161		
	〃 南郷支所	0987-64-3270		
	小林市社会福祉協議会	0984-23-3466		
	〃 須木支所	0984-48-2073		
	えびの市社会福祉協議会	0984-35-2800		
	日向市社会福祉協議会	0982-52-1010		
	〃 東郷支所	0982-69-2209		
	串間市社会福祉協議会	0987-72-6943		
	西都市社会福祉協議会	0983-43-4613		
	清武町社会福祉協議会	0985-55-6207		
	三股町社会福祉協議会	0986-52-1246		
	高原町社会福祉協議会	0984-42-2230		
	野尻町社会福祉協議会	0984-44-1206		
	国富町社会福祉協議会	0985-75-6267		
	綾町社会福祉協議会	0985-77-3066		
	高鍋町社会福祉協議会	0983-22-4076		
	新富町社会福祉協議会	0983-33-4852		
	西米良村社会福祉協議会	0983-36-1212		
	木城町社会福祉協議会	0983-32-2114		
	川南町社会福祉協議会	0983-21-3802		
	都農町社会福祉協議会	0983-25-0048		
	門川町社会福祉協議会	0982-63-2143		
	美郷町社会福祉協議会(西郷)	0982-66-2464		
	美郷町社会福祉協議会(北郷)	0982-62-6191		
	美郷町社会福祉協議会(南郷)	0982-59-0787		
	諸塚村社会福祉協議会	0982-50-8533		
	椎葉村社会福祉協議会	0982-67-2275		
	高千穂町社会福祉協議会	0982-72-3663		
	日之影町社会福祉協議会	0982-87-2680		
五ヶ瀬町社会福祉協議会	0982-82-1248			



分野	名称	電話番号	受付時間	
高齢者	高齢者総合相談	0985-25-1100 Fax 0985-22-6670	8:30~17:00 火~日(月曜日休み祝日を除く) 健康・介護・医療・リハビリ・住宅等は専門相談日があります。	
	日本年金機構宮崎事務所	0985-52-2111	8:30~17:15 月~金(祝日を除く) 毎月第2土曜日 9:30~16:00	
年金	〃 延岡事務所	0982-21-5424		
	〃 都城事務所	0986-23-2571		
	〃 高鍋事務所	0983-23-5111		
	市町村窓口	宮崎市保健所 保健予防課	0985-29-5281	8:30~17:15 月~金(祝日を除く)
都城市 福祉課		0986-23-2980	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
山之口総合支所 健康福祉課		0986-57-3111	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
高城総合支所 健康福祉課		0986-58-6800	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
山田総合支所 健康福祉課		0986-64-1111	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
高崎総合支所 健康福祉課		0986-62-1111	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
延岡市 健康増進課		0982-22-7014	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
日南市 健康増進課		0987-31-1129	8:30~17:15 月~金(祝日を除く)	
北郷町総合支所 福祉保健課		0987-55-2111	8:30~17:15 月~金(祝日を除く)	
南郷町総合支所 福祉保健課		0987-64-1111	8:30~17:15 月~金(祝日を除く)	
小林市 ほけん課		0984-23-0323	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
須木庁舎 住民福祉課		0984-48-3111	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
日向市 健康づくり課		0982-52-2111	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
東郷町 保健福祉グループ		0982-69-3367	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
串間市 福祉保健課		0987-72-0333	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
西都市 健康管理課		0983-43-0378	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
えびの市 健康保険課		0984-35-1111	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
清武町 ほけん課		0985-85-1111	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
三股町 福祉課 社会福祉係		0986-52-1111	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
高原町 総合保健福祉センター		0984-42-4820	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
野尻町 ほけん課		0984-44-1100	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
国富町 福祉課		0985-75-9403	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
綾町 健康センター		0985-77-0195	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
高鍋町 健康づくりセンター		0983-23-2323	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
新富町 福祉課		0983-33-1293	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
西米良村 福祉健康課		0983-36-1114	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
木城町 福祉保健課		0983-32-4733	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
川南町 保健センター		0983-27-8009	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
都農町 健康管理センター		0983-25-1008	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
門川町 町民課		0982-63-1140	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
美郷町		本所 福祉保健課	0982-66-3604	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)
		西郷健康管理センター	0982-66-3613	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)
		南郷総合保健センター	0982-68-4070	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)
		北郷支所 福祉保健課	0982-62-6202	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)
諸塚村 住民福祉課		0982-65-1119	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
椎葉村 福祉保健課		0982-68-7510	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
高千穂町 保健福祉総合センター		0982-73-1717	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
日之影町 保健センター		0982-73-7533	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
五ヶ瀬町 住民福祉課		0982-82-1702	8:30~17:00 月~金(祝日を除く)	
県窓口		中央保健所 健康づくり課	0985-28-2111	8:30~17:15 月~金(祝日を除く)
		日南保健所 〃	0987-23-3141	
		都城保健所 〃	0986-23-4504	
	小林保健所 〃	0984-23-3118		
	高鍋保健所 〃	0983-22-1330		
	日向保健所 〃	0982-52-5101		
	延岡保健所 〃	0982-33-5373		
	高千穂保健所 〃	0982-72-2168		
精神保健福祉センター(自殺対策センター)	0985-27-5663			