



# ひとりで悩まないで！ 困った時の相談窓口一覧



令和5年7月現在

ところとからだの健康相談	☎	相談時間	
こころの健康相談統一ダイヤル	おこなおう まもろうよ こころ 0570-064-556	げつ きん 月～金 祝日、年末年始除く	9:30～17:00 ※18:30～22:30(受付22時までは、民間団体による夜間相談を行っています。)
こころの電話相談 若者専用電話相談 わかぼちダイヤル 大阪府こころの健康総合センター 依存症専門相談	06-6607-8814	げつ か もく きん 月火木金 祝日、年末年始除く	9:30～17:00
	06-6607-8814	すい 水 祝日、年末年始除く	9:30～17:00
	06-6691-2818	げつ きん 月～金 祝日、年末年始除く 第2・4土曜日予約制 年末年始除く	9:00～17:45
	 QRコードを読み取りの上、友達登録してください。	すい ど にち 水・土・日	17:30～22:30 さいゆけつ 最終受付22:00
大阪府妊産婦こころの相談センター (大阪母子医療センター)	0725-57-5225	げつ きん 月～金 祝日、年末年始除く	10:00～16:00
泉佐野保健所(精神保健福祉担当)	072-462-4600	げつ きん 月～金 祝日、年末年始除く	9:00～17:45
泉南市立保健センター	072-482-7615	げつ きん 月～金 祝日、年末年始除く	9:00～17:30
24時間電話相談		相談時間	
関西ののちの電話	06-6309-1121	24時間・365日	
一般社団法人社会的包摂サポートセンター よりそいホットライン	0120-279-338		
フリーダイヤル 自殺予防ののちの電話	0120-783-556	まいにち 毎日	16:00～21:00
大阪自殺防止センター	06-6260-4343	まいつき 毎月10日	8:00～翌8:00(24時間)
こころの救急箱	06-6942-9090	げつ 月19:00～火3:00(7時間) 木・土19:00～22:00	
高齢者や介護の相談		相談時間	
地域包括支援センター 六尾の郷	072-484-8668	げつ きん 月～金	8:30～17:30
なでしこりんくう	072-485-2882	げつ ど 月～土	8:45～17:15
障害者に関する相談		相談時間	
せんなんピアセンター	072-482-0114	9:00～17:30	
せんなん生活支援相談室	072-483-9900	げつ きん 月～金	9:00～17:00
泉南フレンド	072-485-1553	しゆびつ 祝日、年末年始除く	9:30～17:00
市役所・障害福祉課	072-483-8252	9:00～17:30	
自死遺族相談		相談時間	
大阪府こころの健康総合センター	06-6691-2818	げつ きん 月～金 祝日、年末年始除く	9:00～17:45 予約制
仕事に関する相談(右上に続く)		相談時間	
地域就労支援センター (市民交流センター内)	072-485-1401	げつ ど 月～土	9:00～12:00 12:45～17:30 祝日、年末年始除く

仕事に関する相談	☎	相談時間	
総合労働相談ダイヤル	おおさかろうどうきよく 大阪労働局	げつ すい もく きん 月水木金 火 祝日、年末年始除く	9:00～17:00 9:00～18:00
労働相談	しやくしよ さんぎょうしんこうか 市役所・産業振興課	めんだんのみ 面談のみ 事前申込不要	5・8・11・2月 第2木曜日
働く人の「こころの耳電話相談」 ※働く人のメンタルヘルスの不調、ストレスチェック制度などについて相談できます。	0120-565-455	げつ たい 月・火 土・日 祝日、年末年始除く	17:00～22:00 10:00～16:00 1回の相談時間は最長20分
多重債務など借金に関する相談		相談時間	
近畿財務局	たじゅうさいむむりようそうだんまどぐち 多重債務無料相談窓口	06-6949-6523 06-6949-6875	げつ きん 月～金 祝日除く
大阪弁護士会	そうごうほうりつそうだん 総合法律相談センター (要予約)	06-6364-1248 (予約)	げつ きん 月～金 土
大阪弁護士会(ひまわり)	こうれいしゃ しょうがいしゃそうごうしえん 高齢者・障害者総合支援センター	06-6364-1251	げつ きん 月～金 祝日除く
大阪司法書士会	しほうしよしよそうごうしえん 司法書士総合相談センター	06-6941-5758 06-6943-6099 (予約電話)	すい 水 祝・GW・夏期・年末年始等の休業日除く
生活に関する相談		相談時間	
生活困窮者相談	ここサポ泉南	0120-968-141	げつ きん 月～金 祝日、年末年始除く
消費者相談	せんなんししよひせいかつ 泉南市消費生活センター	072-447-8099	げつ きん 月～金 祝日、年末年始除く
法律相談	しやくしよ さんぎょうしんこうか 市役所・産業振興課	072-483-8191 (予約)	もく 木 (月2～3回) (要前日予約、先着8名)
警察相談専用電話 (悪質商法・ストーカー・DV相談など)	おおさか けい 大阪府警	#9110(プッシュ回線専用) 06-6941-0030	しつじかん 平日9:00～17:45(執務時間外は当直対応) ※事件・事故など緊急の場合は110番へ
地域生活のさまざまな相談		相談時間	
女性のための電話相談	じんけんすいしんか 人権推進課	072-482-0590	もく 木 (祝・第5木除く)
女性相談(面接)	じんけんすいしんか 人権推進課 (市民交流センター)	072-480-2855 または 072-483-6447	だい きん 第1金 第2火 第4金
男性のための電話相談	おおさか どりつだんじよきょうどうさんかくせいしやうなん 大阪府立男女共同参画・青少年センター (ドーンセンター)	06-6910-6596	だい 第1・4水 第2・3土
人権・生活に関する相談	せんなんしじんけんきょうかい 泉南市人権協会 (市民交流センター内)	072-485-1401	げつ ど 月～土 祝日、年末年始除く
母子相談	しやくしよ かいだてしえんか 市役所・家庭支援課	072-483-3472	げつ きん 月～金
子どもに関する相談	しやくしよ かいだていどうそうだんしつ 市役所・家庭児童相談室 教育委員会 指導課	072-485-1586 072-483-3671	しやくしよ 祝日、年末年始除く
心配ごと相談	せんなんししやくしよかいふくしきしやうきかい 泉南市社会福祉協議会	072-482-1027	もく 木