



言葉にしたら、
気持ちが少し



軽くなった。

匿名でも大丈夫です。
話したくないことは
話さなくて大丈夫です。
SNSでも電話でも大丈夫です。
ひとりで抱え込まないで、
その想い、聞かせてください。

相談窓口はこちら



まもろうよこころ

検索



3月は自殺対策強化月間です。

相談窓口

ひとりで悩まずご相談ください。



石川町役場 保健福祉課

TEL0247-26-8416

月～金 / 8:30～17:00 (祝日・年末年始を除く)

県中保健福祉事務所

TEL0248-75-7811

月～金 / 8:30～17:00 (祝日・年末年始を除く)

こころの健康相談統一ダイヤル

TEL0570-064-556

月～金 / 9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)

18:30～22:30 (22:00まで受付) 民間団体が対応します

福島いのちの電話

TEL024-536-4343

毎日 / 10:00～22:00 毎月第3土曜日 / 10:00～翌日10:00 (24時間)

東京自殺防止センター

TEL03-5286-9090

毎日 / 20:00～2:30 (月曜日は22:30～2:30 / 火曜日は17:00～2:30)

ふくしま24時間子どもSOS

TEL0120-916-024

年中無休 24時間

LINE相談(こころつなぐ@福島)

利用方法(下記いずれかの方法で「こころつなぐ@福島」を友達登録)

- ①スマートフォン等で、二次元コードを読み取って登録
- ②LINEアプリのID検索でID(@228dcnon)を半角入力し検索、登録
(受付時間)毎日 / 18:00～21:30(相談は22:00まで)



福島県ひきこもり相談支援センター

相談予約(下記いずれかの方法で)

オンラインフォームにて受付

電話にて受付(相談日をご案内します) TEL024-955-6203

(受付時間)火～土曜日 9:30～17:30(祝日及び月曜祝日の翌火曜日・年末年始を除く)

メールにて受付 E-mail: hikisen@kowakanet.or.jp



オンラインフォーム

産婦人科・小児科オンライン相談

利用方法(下記の方法で登録)

- ①スマートフォン等で二次元コードを読み取って会員登録を選択
- ②メールアドレスの入力、合言葉などの入力

※会員登録に必要な合言葉「いしかわすきっず」



小児科
オンライン



産婦人科
オンライン

石川町保健福祉課