

宍粟市こころの相談窓口一覧表

電話相談

令和8年1月作成

	内 容	実施機関	電話番号	相談日	時 間	備 考
宍粟市の相談窓口	こころの健康相談	保健福祉課	62-1000	平日	電話 8:30～17:15 窓口 9:00～16:30 (わくわ～くステーションのみ 8:30～17:15)	健康・こころ・子育て・ひきこもり・アルコールなど
		一宮保健福祉課	72-2100			障がい・権利擁護・成年後見など
		波賀保健福祉課	75-8800			児童虐待・学校生活
		千種保健福祉課	76-8600			ひとり親家庭・離婚・DV
	障がいについての相談	基幹相談支援センター	63-3168			高齢者の介護・福祉・健康・医療
	家庭児童の相談	家庭児童相談室	63-1950			生活・就労に関する相談ほか
	母子・父子自立支援についての相談	子育て支援課	63-3220			仕事に関する総合相談
	高齢者についての相談	地域包括支援センター	63-3167			学校・子どものことなど
	生活困窮の相談	社会福祉課	63-3067			消費生活に関する相談
	総合的な仕事の相談	宍粟わくわ～くステーション	63-3011			人権・市民生活のことなど
	青少年の悩み相談	青少年育成センター	62-8577			
	消費生活についての相談	消費生活センター	63-2225			
	人権についての相談	人権推進課	63-0840			

	名 称	実施機関	電話番号	相談日	時 間	備 考
その他兵庫県内の相談窓口	龍野健康福祉事務所	地域保健課	0791-63-5142	平日	9:00～17:30	精神疾患、こころのケアなどの病気療養等に関する相談
	兵庫県いのちと心のサポートダイヤル	兵庫県	078-382-3566	平日 土日祝	18:00～8:30 24時間	心の健康相談 自殺予防
	はりまいのちの電話	はりまいのちの電話	079-222-4343	毎日	10:00～25:00	いのちの電話相談
	兵庫県女性家庭センター(配偶者暴力相談支援センター)	兵庫県女性家庭センター	078-732-7700	毎日	9:00～21:00	配偶者からの暴力などの相談
	ひょうごっ子悩み相談(24時間子供SOSダイヤル)	兵庫県教育委員会	0120-0-78310	毎日	24時間	いじめ・不登校・友人関係や進路・体罰だけでなく、子どものSOS全般についての相談
	ひきこもり相談	兵庫ひきこもり相談支援センター播磨地域プランチ	079-240-6299	月～土	10:00～17:00	ひきこもりについての相談 電話・メール相談以外に出張相談や各種講座等を開催 ※第2・4土除く
	夜間法律相談(兵庫県弁護士会)	兵庫県弁護士会	078-341-9600	日・水・金	17:00～20:00	弁護士と精神保健福祉士による相談(多重債務・解雇・生活保護など)
	困りごとに応じた相談窓口	兵庫県	つらい気持ちや普段の困りごとについて、どなたでも利用できる相談窓口を探すことができます。			

※各相談窓口の開設時間は変更される場合があります。

SNS相談



(NPO法人自殺対策支援センターライフリンク)

LINE



Webからの相談



チャット



電話・チャット



(NPO法人チャイルドライン支援センター)

問 宍粟市保健福祉課
0790-62-1000