

◆相談窓口一覧

分類	相談内容	相談窓口名称	電話番号	相談時間
自殺予防	自殺問題やさまざまな心の悩み	長崎いのちの電話	095-842-4343	9:00～22:00(年中無休) 毎月第1・3土曜 9:00～翌9:00
		よりそいホットライン	0120-279-338	24時間(毎日)
		東京自殺防止センター	03-5286-9090	20:00～翌2:30(年中無休) ※毎週(月)は22:30～翌2:30、 毎週(火)は17:00～翌2:30
		大阪自殺防止センター	06-6260-4343	毎週(金)13:00～(日)22:00
		あいち自殺防止センター	052-870-9090	(金)20:00～23:00
		宮崎自殺防止センター	0985-77-9090	20:00～23:00(日、月、水、金)
		自死・自殺に向き合う僧侶の会	宛名:〒108-0073 東京都港区三田4-8-20 往復書簡事務局	【※手紙による相談】
		いのちの電話(フリーダイヤル)	0120-783-556	毎日16:00～21:00 毎月10日 8:00～翌日午前8:00
一般保健・精神保健	緊急の精神医療相談	長崎県精神科救急情報センター	0957-53-3982	24時間(毎日)
	心の健康・依存症(薬物・ギャンブル)の相談 こころの健康やうつ病・アルコール依存症などの相談や精神科医療機関などの情報提供	長崎こども・女性・障害者支援センター	095-846-5115	9:00～17:45 月～金(祝日は除く)
		西彼保健所	095-856-5159	
		県央保健所	0957-26-3306	
		県南保健所	0957-62-3289	
		県北保健所	0950-57-3933	
		五島保健所	0959-72-3125	
		上五島保健所	0959-42-1121	
		壱岐保健所	0920-47-0260	
		対馬保健所	0920-52-0166	
		長崎市地域保健課	095-829-1311	
		佐世保市障がい福祉課	0956-24-1111	
		その他各市町保健担当課へお問い合わせ下さい		
	こころの悩み相談	こころの電話	095-847-7867	9:00～12:00、13:00～15:15 月～金(祝日は除く)
医療	身近な精神科等の医療機関については、各保健所や長崎こども・女性・障害者支援センター(精神保健福祉課)にお問い合わせ下さい。			
青少年・こども	いじめ・不登校・就学などの相談	24時間子供SOSダイヤル(親子ホットライン)	0120-0-78310 soudan@news.ed.jp	24時間(毎日)
	こども・若者の総合相談	長崎県子ども・若者総合相談センター(ゆめおす)	095-824-6325	(電話)10:00～22:00(月～水、金) 10:00～18:00(土)
		長崎こども・女性・障害者支援センター	095-844-6166	9:00～17:45(月～金)
	児童および家庭の相談	佐世保こども・女性・障害者支援センター	0956-24-5080	9:00～17:45(月～金)
		児童相談所虐待対応ダイヤル	189	児童虐待相談を24時間受付
		親子のための相談LINE	ID「@778asdia」	9:00～17:00(月～金) ※LINEで検索して友達追加
		長崎県ひとり親家庭等自立促進センター	095-801-4445	10:00～18:00(月～金、祝日を除く)
		長崎県子どもの貧困総合相談窓口	095-801-2442	10:00～18:00(月～金)
	少年問題全般の相談	ヤングテレホン(警察)	0120-786714	9:00～17:45(月～金)
女性	女性の被害などの相談(ストーカー・DV・性犯罪被害など)	長崎こども・女性・障害者支援センター	095-846-0560	9:00～17:45(月～金)
		長崎配偶者暴力相談支援センター	095-846-0565	9:00～17:45(月～金)
		佐世保こども・女性・障害者支援センター(佐世保配偶者暴力相談支援センター)	0956-24-5125	9:00～17:45(月～金)
		人身安全対策課(警察)	095-820-0110	9:00～17:45 (月～金、祝日・年末年始除く)
		性犯罪被害相談電話(警察)	#8103 0120-003-682	24時間
		女性ほっとラインながさき(NPO法人DV防止ながさき)	095-832-8484	13:00～17:00(月、水、土) 19:00～21:00(月、水)
		女性ほっとラインさせば(NPO法人DV防止ながさき)	080-2794-8022	17:00～20:00(火)
		性暴力被害者支援サポートながさき((公社)長崎犯罪被害者支援センター)	#8891 095-895-8856	9:00～17:00 (月～金、祝日・年末年始除く)
障害者	障害(身体・知的・精神)の相談	にんしんSOS(YELLながさき)	095-801-2443	10:00～18:00(月～金)
		障害者110番(身体・知的・精神)	095-846-8730	9:00～17:00(月～金) (祝日・年末年始を除く)
		長崎こども・女性・障害者支援センター(精神)	095-846-5115	9:00～17:45(月～金)
		長崎こども・女性・障害者支援センター(身体)	095-846-8905	
		長崎こども・女性・障害者支援センター(知的)	095-844-6250	
		佐世保こども・女性・障害者支援センター(知的)	0956-24-5272	9:00～17:45(月～金)
高齢者	高齢者介護や権利擁護などの総合相談	長崎県精神障害者団体連合会	095-808-5830	10:00～15:30(火、金)
		各市町地域包括支援センターへお問い合わせください		
福祉生活	生活保護の相談	各県市福祉事務所・各町担当課へお問い合わせください		
	生活・福祉の心配ごと相談	各市町社会福祉協議会へお問い合わせください		

分類	相談内容	相談窓口名称	電話番号	相談時間
消費生活	消費生活のトラブルの相談	長崎県消費生活センター	095-824-0999	9:00~12:00、13:00~17:00 (月~金、祝日・年末年始除く)
	各種資金の貸付(生活福祉資金)	各市町消費生活相談窓口	長崎市・佐世保市・諫早市・島原市・大村市・五島市・雲仙市・南島原市・松浦市・平戸市・西海市・杵岐市・対馬市の各消費生活センター、各町役場等 にお問い合わせ下さい	
	悪質商法などの相談	各市町社会福祉協議会へお問い合わせください		
	振り込め詐欺被害防止に関する相談	悪質商法110番	0120-110874	9:00~17:00 (不在の場合あり) (月~金、祝日・年末年始除く)
		ニセ電話詐欺被害防止110番	0120-110874	9:00~17:45 (月~金、祝日・年末年始除く)
法律	法律相談	長崎県弁護士会(長崎)	095-824-3903	予約・お問合せ
		同上(佐世保)	0956-22-9404	10:00~16:00(月~金)
	法制度、相談窓口等の情報提供、 経済的に余裕のない方のための 無料法律相談、弁護士・司法書士費用等 の立替え	長崎県司法書士会	095-823-4895	長崎:13:00~15:00(火・木) 佐世保:13:00~17:00(火・木) 諫早:13:00~17:00(金) ※面接相談予約受付時間 9:00~17:00(月~金)
		法テラス長崎	0570-078362	9:00~17:00 月~金(祝日・年末年始を除く)
		法テラス・サポートダイヤル(全国版)	0570-078374	9:00~21:00(月~金) 9:00~17:00(土)(祝日・年末年始を除く)
労働	労働問題について労働者・ 事業者からの相談	総合労働相談コーナー	095-801-0023	受付時間 8:30~17:15 (月~金、祝日・年末年始除く)
		長崎労働局 雇用環境・均等室	095-801-0050	受付時間 8:30~17:15 (月~金、祝日・年末年始除く)
		労働相談情報センター	0120-783-258 0120-783-369	長崎:9:00~17:00(月~金) 佐世保:10:00~17:00(水)
	産業保健スタッフへの支援	長崎産業保健総合支援センター	相談予約電話 095-865-7797	8:30~17:15(月~金)
	不払い残業・不当解雇・長時間労働など	なんでも相談ダイヤル(連合長崎)	0120-154052	10:00~17:00(月~金)
金融・経営	貸金業の相談	長崎県食品安全・消費生活課	095-895-2318	9:00~17:45(月~金、祝日・年末年始を除く)
		日本貸金業協会長崎県支部	0570-051051	9:00~17:00(月~金、祝日・年末年始を除く)
		長崎県経営支援課	095-895-2651	9:00~17:45(月~金)
	中小企業向け制度資金の相談	各商工会・各商工会議所へお問い合わせください		
		長崎県中小企業団体中央会	095-826-3201	9:00~17:30(月~金)
		長崎県信用保証協会(長崎)	095-822-9171	9:00~17:15(月~金)
		同上(佐世保)	0956-23-3295	
経営安定	経営不振に陥った 中小企業者からの相談	長崎県商工会連合会	095-824-5413	
		長崎商工会議所	095-822-0111	
		佐世保商工会議所	0956-22-6121	受付時間9:00~17:00(月~金) (祝日・年末年始除く)
		島原商工会議所	0957-62-2101	
		諫早商工会議所	0957-22-3323	
人権問題	人権の相談・研修の企画・講師の紹介等	長崎県人権教育啓発センター	095-826-5115	9:00~17:00(祝日・年末年始除く)
	人権の相談	みんなの人権110番	0570-003110	受付時間 8:30~17:15(月~金)
		女性の人権ホットライン	0570-070810	受付時間 8:30~17:15(月~金)
		※「女性の人権ホットライン」は令和7年10月1日より「みんなの人権110番」に統合予定		
		子どもの人権110番	0120-007-110	8:30~17:15(月~金)
		LGBT相談デー	090-5939-5095	受付時間 9:30~13:00(第3土曜日)
犯罪被害者	暴力団の不当要求などの相談	暴力追放テレホン	0120-110874	24時間(当直対応)
	犯罪被害に関する相談	全国共通ナビダイヤル	0570-783-554	8:00~21:00(12/29~1/3を除く)
		(公社)長崎犯罪被害者支援センター	095-820-4977	9:30~17:00(月~金、祝日・年末年始除く)
	犯罪被害者やその家族に対し、法制度や被害者支援団体、支援に理解ある弁護士	日本司法支援センター(法テラス) 犯罪被害者支援ダイヤル	0120-079714	9:00~21:00(月~金) 9:00~17:00(土)(祝日・年末年始除く)
薬物乱用	薬物乱用などの相談	薬物110番	0120-110874	24時間(当直対応)
交通事故	損害賠償・過失程度・示談・自賠責	長崎県交通事故相談所	095-895-2342	9:00~12:00、13:00~16:00(月~金)
その他	自死遺族からの相談	長崎こども・女性・障害者支援センター	095-846-5115	9:00~17:45(月~金)(祝日・年末年始除く)
	警察安全相談	警察安全相談室	095-823-9110	24時間(当直対応)
	警察安全相談(高齢者対象)	警察安全相談室(高齢者対象)	095-823-4165	24時間(当直対応)
	インターネット上の自殺予告事案などの相談	警察安全相談	095-820-0110	24時間(当直対応)

※長崎県自殺対策ホームページ <http://www.pref.nagasaki.jp/bunrui/hukushi-hoken/jisatsuyobotaisaku/jisats>

<パンフレットについてのお問い合わせ>

長崎こども・女性・障害者支援センター(精神保健福祉課) TEL:095-846-5115 FAX:095-844-1849