

＜こころとからだの相談窓口＞

名 称（運営主体）	電 話	備 考（相談日等）
南九州市役所 知覧保健センター	0993-58-7221	平日 8:30～17:15 ※こころの相談：臨床心理士による相談（要予約）
加世田保健所	0993-53-8001	平日 8:30～17:00 ※精神保健福祉相談：専門医による相談（要予約）
鹿児島県精神保健福祉 センター (ハートピアかごしま2階)	099-218-4755 	※専門医による相談日 (新規) 毎週木 9:00～11:00 (要予約) (再) 毎週月 9:00～11:00 受付 ※相談員による電話・来所相談：随時 来所相談：平日 9:00～17:00 (要予約)
鹿児島県自殺予防情報 センター (県精神保健福祉センター内)	099-228-9558	電話・来所相談：祝日を除く毎週月・木（来所は要予約） 時間：9:00～12:00, 13:00～16:00
鹿児島いのちの電話	099-250-7000	年中無休 24時間体制
いのちの電話 	0120-783-556	毎日 16:00～21:00 24時間体制 ※毎月10日は8:00～翌日8:00まで
こころの電話 	099-228-9566 9567	平日 9:00～12:00, 13:00～16:30 ※電話相談のみ（土日、祝日、年始年末は除く）
#いのちs o s	0120-061-338	月曜24時間 火～日曜10:00～24:00
よりそいホットライン 	0120-279-338	生きにくさ暮らしにくさを抱えている人の相談 (LGBTQ+, DV等の相談) 365日 24時間
支援情報検索サイト 	どこに相談したらいいかわからない時、地域別、方法別、悩み別に相談窓口を検索できます。 http://shenpho.go.jp/	
こころの健康相談統一ダイヤル	0570-064-556	月～金 9時～12時, 13時～16時30分

＜子育て・ひきこもりの悩みなら…＞

名 称（運営主体）	電 話	備 考（相談日等）
県精神保健福祉センター (思春期相談)	099-218-4755	精神科医（要予約）原則第3水曜 9:00～12:00 相談員による電話・面接相談 平日 9:00～17:00
南九州市子育て利用者 支援センターつみき	0993-38-0800	0～18歳の子育てに関する相談 月・水・金 9:30～15:00（祝日は原則翌日開業） メール相談：kosodate-tsumiki@docomone.jp
南九州市こども相談センター (南九州市教育委員会)	0993-83-1539	0～18歳の子どもに関する相談 平日 9:00～17:00（土日、祝日を除く）
かごしま子ども・若者総合 相談センター (ひきこもり地域支援センター)	099-257-8230	火～日曜 10:00～17:00 メール相談：ホームページに専用フォームあり
子ども・家庭110番 (県中央児童相談所)	099-275-4152	平日 9:00～22:00 (土日祝日及び年末年始を除く)
チャイルドライン 	0120-99-7777	18歳までの子どもがかける電話 月～土 16:00～21:00

＜メディア機器による健康被害等の相談なら・・・＞

名 称（運営主体）	電 話	備 考（相談日等）
NPO 法人ネットポリス 鹿児島	LNE にてご相談ください。	メディア機器による健康被害に関する相談・専門相談 窓口の紹介 ☆LNE：D 検索「m eyasubako」24時間受付

＜夫婦・恋人との関係など、人間関係の悩みなら…男性も、女性も＞

名 称（運営主体）	電 話	備 考（相談日等）
悩み相談室（南九州市 役所まちづくり推進 課）	0993-83-2511 （専門内線2222）	受付時間 平日 9：00～17：00
鹿児島県男女共同参画 センター	099-221-6630 6631	受付時間 9：00～17：00 予約制の専門相談あり （休館日の翌日のみ）9：00～20：00 休館日：月曜日

＜高齢者（介護）に関する悩みなら…＞

名 称（運営主体）	電 話	備 考（相談日等）
南九州市役所内 地域包括支援センター	0993-56-1111	平日 8：30～17：15 保健師・ケアマネジャー・社会福祉士等が対応

＜お金に関する悩みなら…＞

名 称（運営主体）	電 話	備 考（相談日等）
生活困窮者自立支援制度 （南九州市社会福祉協議会）	0993-76-8820	生活に困窮している方の相談（自立相談・就労準備・ 家計改善等）平日 8：30～17：00
法テラス・サポートダイ ヤル （日本司法支援センター）	0570-078374 （おなやみなし）	労働問題や多重債務問題など法的トラブルの解決に 役立つ法制度や相談窓口を紹介（日・祝日を除く） 平日 9：00～21：00、土曜 9：00～17：00
法テラス鹿児島	0570-078366	平日 9：00～17：00（事前予約制）
多重債務者専用相談窓口 （鹿児島県弁護士会）	099-226-3765 （ 予 約 受 付 ）	平日 10：00～17：00 相談料無料
司法書士総合相談センタ ー（鹿児島県司法書士会）	099-256-0335 （予約は平日8：30 ～17：00 受付）	多重債務の相談、離婚や相続問題の相談等 電話：毎週月・水曜 13：00～16：00 面談：毎月第2・3 土曜 13：00～16：00
消費者ホットライン	局番なし 188	多重債務などについて、最寄りの公的な相談窓口につ ながります 毎日（年始年末を除く）
南九州市消費生活センター	0993-83-2511	平日 8：30～17：15（土日、祝日を除く）
鹿児島県消費生活センター	099-224-0999	平日 9：00～12：00 13：00～17：00 土曜 10：00～12：00 13：00～16：00

<仕事・労働に関する悩みなら…>

名 称（運営主体）	電 話	備 考（相談日等）
ハローワーク加世田 （住所地：川辺・知覧町）	0993-53-5111	平日 8:30～17:15（祝祭日、年末年始を除く）
ハローワーク指宿 （住所地：颯娃町）	0993-22-4135	
鹿児島産業保健総合支援センター	099-252-8002	働く人のこころの健康についての相談 平日 9:00～17:00 メール相談：info@kagoshimas.jp

<アルコール、ギャンブル、依存症に関する悩みなら…>

名 称（運営主体）	電 話	備 考（相談日等）
鹿児島県精神保健福祉センター ①依存症専門相談	099-218-4755 	※専門医による相談日（要予約） 年10回（日時については要問い合わせ） ※相談員による電話・来所相談（来所相談は要予約） 平日 9:00～17:00
②薬物相談		※専門医による相談日（要予約） 原則第3金曜 14:00～16:00

<身近な場所で相談したいときは…>

名 称（運営主体）	電 話	備 考（相談日等）
心配ごと相談 （南九州市社会福祉協議会）	0993-83-3961	颯娃地域（4月、7月、10月、1月） 知覧地域（5月、8月、11月、2月） 川辺地域（6月、9月、12月、3月） 9:00～12:00
みんなの人権110番 全国共通人権相談ダイヤル （鹿児島地方法務局知覧支局）	0570-003-110 （ナビダイヤル）	受付時間 平日 8:30～17:15

<遺された方へ…>

名 称（運営主体）	電 話	備 考（相談日等）
こころ・つむぎの会 （県自殺予防情報センター）	099-228-9558 （新規） 099-218-4755	自死遺族等の分かち合いの会を開催（要予約） 原則偶数月 13:30～15:30

「どこに相談したらよいか分からない」という方は…

名 称（運営主体）	電 話	備 考（相談日等）
南九州市役所 知覧保健センター	0993-58-7221	平日 8:30～17:15
悩み相談室（南九州市役所まちづくり推進課）	0993-83-2511 （専門内線 2222）	平日 8:30～17:15