

祝日・年末年始を除く

| 機関名 | 電話番号 | 相談時間 |
|-----|-----------------------|-----------------------------|
| 三原市 | 障害者生活支援センタードリームキャッチャー | 0848-63-3319 月～金 8:30～17:15 |
| | 地域生活支援センター「さ・ポート」 | 0848-62-1736 月～金 9:00～17:00 |
| 尾道市 | 尾道市社会福祉課 | 0848-38-9124 月～金 8:30～17:15 |
| | 尾道市因島福祉課 | 0845-26-6209 月～金 8:30～17:15 |
| | 障害者サポートセンター はな・はな | 0848-29-5002 月～金 9:00～17:30 |
| | はな・はな(因島・瀬戸田相談センター) | 0845-23-7020 月～金 9:00～17:30 |
| 世羅町 | 世羅町福祉課 | 0847-25-0072 月～金 8:30～17:15 |
| | みつば会相談支援事業所 | 0847-22-3724 月～金 8:30～17:30 |

高齢者の介護などの悩みに関する相談窓口

高齢者の総合相談 介護予防・権利擁護(虐待など)

| 機関名 | 電話番号 | 機関名 | 電話番号 |
|--------------------|--------------|-------------------|--------------|
| 三原市高齢者福祉課 | 0848-67-6055 | 尾道市高齢者福祉課 | 0848-38-9137 |
| 東部地域包括支援センターどりいむ | 0848-61-4410 | 尾道市地域包括支援センター | 0848-56-1212 |
| 南部地域包括支援センター三恵苑 | 0848-63-6775 | 北部地域包括支援センター | 0848-76-2495 |
| 中央地域包括支援センター三原市医師会 | 0848-63-7100 | 西部地域包括支援センター | 0848-21-1262 |
| 西部地域包括支援センター大空 | 0848-86-2450 | 東部地域包括支援センター | 0848-56-0345 |
| 北部地域包括支援センターはーもにー | 0847-32-5007 | 向島地域包括支援センター | 0848-41-9240 |
| 高齢者相談窓口すなみ荘 | 0848-69-3269 | 南部地域包括支援センター | 0845-24-1248 |
| 高齢者相談窓口三原慶雲寮 | 0848-66-2100 | 南部地域包括支援センター瀬戸田支所 | 0845-27-3847 |
| 高齢者相談窓口だいわ | 0847-34-1214 | 世羅町地域包括支援センター | 0847-25-0072 |

日常生活の悩み・福祉に関する相談窓口

| 機関名 | 電話番号 | 内容 |
|--|---------------------|----------------------------|
| 三原市社会福祉協議会(総合保健福祉センター内) | 0848-63-0570 | 心配ごと相談 専門相談(行政・人権・不動産等) |
| 本郷地域センター | 0848-86-3607 | |
| 久井地域センター | 0847-32-7101 | |
| 大和地域センター | 0847-34-1214 | |
| 尾道市社会福祉協議会 (月～金 9:00～12:00、13:00～16:00) | 0848-21-0322 | 専門相談(弁護士・司法書士)※予約制 |
| | 0848-22-3499 | 一般相談(福祉まるごと相談窓口) |
| | 090-1684-2783 | こころの悩みごと相談(毎週月曜日10～16時) |
| 世羅町社会福祉協議会(甲山自治センター内) | 0847-22-3162 | ふれあい相談・専門相談(法律・相続等) |
| | 世羅西支所(世羅町役場せらにし支所内) | |

生活困窮などの相談窓口

祝日・年末年始を除く

| 機関名 | 電話番号 | 相談時間 | 内容 |
|---------------------------|--------------|-------------------------------|-----------------------|
| 三原市社会福祉課 | 0848-67-6059 | 月～金 8:30～17:15 | 生活困窮・生活保護などに 関する相談 |
| 尾道市社会福祉課 | 0848-38-9126 | 月～金 8:30～17:15 | |
| 尾道市因島福祉課 | 0845-26-6214 | 月～金 8:30～17:15 | |
| 世羅町福祉課 | 0847-25-0072 | 月～金 8:30～17:15 | |
| 自立相談支援センターみはら | 0848-67-4568 | 月～金 8:30～17:15 | |
| くらしサポートセンター尾道 | 0848-21-0322 | 月～金 9:00～12:00 13:00～16:00 | 生活困窮者の自立のための 相談 |
| 世羅町社会福祉協議会 (甲山自治センター内) | 0847-22-3162 | 月～金 8:30～17:30 | |

ひきこもりに関する相談窓口

| 機関名 | 電話番号 | 相談時間等 |
|-----------------------------|--------------|--|
| 広島ひきこもり相談支援センター東部センター(小泉病院) | 0848-66-0367 | 月・水・木・金・土 9:00～17:00 |
| ひきこもり相談支援ステーション | 0848-36-6250 | 月～金9:00～17:00(祝日・年末年始を除く) 三原市内にお住まいの概ね18～64歳で、 ひきこもりの悩みを持つ本人及びその家族 |
| 尾道市ひきこもり支援ステーションみらサポ | 0848-22-2010 | 月～金9:00～17:00(祝日・年末年始を除く) |
| 世羅町健康保険課 | 0847-25-0134 | 月～金8:30～17:15(祝日・年末年始を除く) |



発行：尾三地域保健対策協議会

事務局：広島県東部厚生環境事務所・保健所(尾道市古浜町26-12)電話：0848-25-2011(代)



こころや悩みごとの 相談窓口

～大切な 命守ろう 地域の輪～

悩んだ時、どこに相談したらよいか迷うことはありませんか？
困った時など、それぞれの窓口に相談しましょう。

令和7年2月作成

こころの健康相談窓口

●精神保健福祉相談…こころの健康や病気に関すること、家族の対応など 祝日・年末年始を除く

| 機関名 | 電話番号 | 相談時間等 |
|-----|-----------------------|-----------------|
| 三原市 | 保健福祉課 | 0848-67-6053 |
| | 本郷保健福祉センター | 0848-86-3609 |
| | 久井保健福祉センター | 0847-32-8551 |
| | 大和保健福祉センター | 0847-34-0960 |
| | 総合福祉センター(健康推進課) | 0848-24-1962 |
| 尾道市 | 因島総合支所(健康推進課) | 0845-22-0123 |
| | 御調保健福祉センター | 0848-76-2235 |
| 世羅町 | 世羅保健福祉センター(健康保険課、福祉課) | 0847-25-0294 |
| 広島県 | 東部保健所 保健課 | 0848-25-4640(直) |
| | 総合精神保健福祉センター | 082-884-1051 |

◎月～金 8:30～17:15
★保健師による相談
★医師等による相談は、各施設で相談日が決まっており、事前予約が必要



こころの悩みの電話相談・SNS相談

| 名称 | 電話番号 | 相談時間等 |
|---------------|---|--|
| 広島いのちの電話 | 082-221-4343 | 24時間(年中無休) |
| 県自殺予防いのちの電話 | 0120-375-568 | 毎月20日の8:00～20:00 通話料無料 |
| 全国自殺予防いのちの電話 | 0120-783-556 | 毎月10日の8:00～翌8:00 通話料無料 |
| こころの電話 | 080-8230-6037 | 水・土 9:00～12:00、13:00～16:30 (祝日・12月29日～1月3日を除く) |
| よりそいホットライン | 0120-279-338 (聞き取りの難しい方は FAX 0120-773-776) | 24時間(年中無休) 通話料無料  |
| こころのライン相談@広島県 |  | 火・木・土・日17:00～22:00 対象者は広島県に在住、通勤、通学している方 |
| 広島県こころの悩み相談 | 080-1577-4774 | 月・火・木・金(祝日・年末年始を除く) 9:00～12:00 13:00～16:00 |
| 思春期こころの電話相談 | 082-256-0007 | 平日10:00～16:00 (お盆・祝日・年末年始を除く) |

こころの病気で相談できる医療機関…医療や対応に関する相談など

★事前に連絡をして、相談や受診の予約が必要です。 祝日・年末年始を除く

| 機関名 | 電話番号 | 診療曜日・受付時間 |
|-----|---------------|---|
| 三原市 | 小泉病院 | 0848-66-3355 月～土 9:00～12:30 |
| | 三原病院 | 0848-63-8877 月～土 9:00～12:00 |
| | 押尾クリニック | 0848-67-8766 月～金 9:00～12:30、土 9:00～14:00 月・火・木・金 14:30～18:30 |
| | たかはしメンタルクリニック | 0848-81-0717 月・火・水・金・土 9:00～13:00 月・火・水・金 15:00～18:00 |
| | 港町クリニック | 0848-62-1711 月～土 8:40～12:00、月～金 13:40～17:00 |
| | クレール心療クリニック | 0848-29-9016 月～土 9:00～12:00 月～金 15:00～19:00 |

祝日・年末年始を除く

| 機関名 | 電話番号 | 診療曜日・受付時間 |
|----------------------------|--------------|--|
| 尾道市 青山病院 | 0848-23-2488 | 月・火・木・金 9:00~11:30、14:00~16:30 土 9:00~11:30、14:00~15:00 |
| 公立みつぎ総合病院 | 0848-76-1111 | 火・木・金 9:00~11:30 ※令和7年度から診療曜日変更の可能性あり 要確認 |
| こころ尾道駅前クリニック | 0848-36-5561 | 月~金 9:00~15:00、土 9:00~16:00 |
| きやすクリニック | 0848-21-1112 | 月~土 9:00~12:30 月・火・木・金 15:00~18:00 |
| みやもとクリニック | 0848-20-1891 | 月・火・水・金・土 9:00~12:00 火・水・金・土 15:30~18:00 |
| メディカルカウンセリングルーム 本田クリニック | 0848-56-1855 | 月~金 9:00~12:00、15:00~18:00 土 13:00~18:00 |
| 広島県東部認知症患者医療センター(三原病院) | 0848-61-5515 | 月~金 9:00~17:00 |

今飲んでいる薬の相談窓口

薬の飲み合わせや効果効果、薬に関する心配ごとなど

祝日・年末年始を除く

| 機関名 | 電話番号 | 相談日 | 相談時間 |
|--------------------------------|--------------|-----|-------------|
| 三原薬剤師会(当番薬局の案内窓口) | 0848-61-5571 | 月~金 | 10:00~16:00 |
| 尾道薬剤師会(当番薬局の受付窓口) | 0848-20-0353 | 月~金 | 11:30~15:30 |
| 独立行政法人 医薬品医療機器総合機構(PMDA) くすり相談 | 03-3506-9457 | 月~金 | 9:00~17:00 |

多重債務に関する相談窓口

祝日・年末年始を除く

| 機関名 | 電話番号 | 相談日 | 相談時間 |
|--|---|---|---|
| 市町 三原市消費生活センター | 0848-67-6410 | 月~金 | 9:00~12:00 13:00~16:00 |
| 尾道市消費生活センター | 0848-37-4848 | 月~金 | 9:00~12:00 13:00~17:00 |
| 世羅町生活安全相談窓口 | 0847-22-1111 | 月~金 | 10:00~17:00 |
| 県 広島県生活センター (広島県消費生活課) | 消費生活相談 082-223-6111 県民相談 082-223-8811 | 月~金 | 9:00~17:00 |
| 国 中国財務局多重債務相談窓口 | 082-221-9206 | 月~金 | 9:00~12:00 13:00~17:00 |
| 広島弁護士会 法律相談センター福山 | 084-973-5900 ※要電話予約 予約受付時間 月~金 9:30~12:00、13:00~15:00 | 月~金 | 13:00~15:00 |
| 広島司法書士会 福山総合相談センター | 084-926-4654 ※面接相談は要予約 月~金13:00~15:00に予約 | 月・水・金(電話相談) 火・木(電話・面接相談) 土(電話・面接相談) | 13:00~15:00 17:00~19:00 10:00~12:00 |
| 法テラス広島 (日本司法支援センター広島地方事務所) ※法律相談(刑事事件は除く)は事前に電話もしくはWEBでの予約が必要。 | 0570-078352(ナビダイヤル) 050-3383-5483(IP電話・予約専用) 対象:所定の収入等の基準を満たす方 予約受付時間:月~金 9:00~17:00 (WEB予約は24時間受付) | 弁護士による法律相談 火・木(面談・電話) 職員による情報提供 月~金(面談・電話) | 13:30~16:50 9:00~17:00 |

就職・自立に向けての相談窓口

| 機関名 | 電話番号等 | 内容 |
|-------------------------------------|---|--|
| ハローワーク三原(三原公共職業安定所) | 0848-64-8609 | 職業相談、職業紹介、職業訓練等の相談、就職支援 |
| ハローワーク尾道(尾道公共職業安定所) | 0848-23-8609 | |
| 尾道しごと館(尾道会場)第1・第3木曜 | 0848-38-9183 | キャリアコンサルティング、職業適性診断、対面、電話、オンライン相談など 全年齢対象 要予約 |
| 尾道しごと館(因島会場)第3水曜 | 0845-26-6212 | |
| ひろしましごと館 若年者就業相談コーナー | 082-224-0121 shigotokan@pref.hiroshima.jp | キャリアコンサルティング、職業適性診断、電話・メール相談など おおむね39歳まで 要予約 ※ご相談をメールにて行う際は、メールタイトル又は本文に「若年者」と必ず記載してください。 |
| ひろしましごと館 シニア・ミドル職業紹介コーナー | 082-224-0121・0122 shigotokan@pref.hiroshima.jp | 再就職や起業などの相談、職業紹介、電話・メール相談など おおむね40歳から 要予約 ※ご相談をメールにて行う際は、メールタイトル又は本文に「シニア・ミドル」(福山サテライトの場合は「福山」)と必ず記載してください。 |
| ひろしましごと館 福山サテライト シニア・ミドル職業紹介コーナー | 084-921-5799 shigotokan@pref.hiroshima.jp | |

| 機関名 | 電話番号等 | 内容 |
|---------------------|--|---|
| 広島地域若者サポートステーション | 082-511-2029 | 働くことに自信がもてない、人とのコミュニケーションが苦手など悩みを持つ15~49歳の方とその家族の相談、就職支援プログラム開催など |
| ふくやま地域若者サポートステーション | 084-959-2348 | |
| 障害のある人の就労応援相談ステーション | 0848-63-3319 shuououen-st@m-shakyo.jp | 三原市にお住まいの障害のある人、また、その家族や支援者が対象です ※手帳の有無は問いません |

働く人の相談窓口

| 機関名 | 電話番号等 | 相談時間等 |
|--|--|--|
| 三原地域産業保健センター(三原市医師会病院内) | 0848-62-0467 | 電話予約(小規模事業所対象) |
| 働く人の悩みホットライン 職場、暮らし、家族、将来設計など、働くうえでのさまざまな悩み | 03-5772-2183 | 月~土 15:00~20:00 |
| こころの耳相談 働く人のメンタルヘルス不調や、過重労働による健康障害の防止対策などに関する相談 | 0120-565-455  | 月・火 17:00~22:00 土・日 10:00~16:00 (祝日・年末年始を除く) |
| 広島県社会保険労務士会 社労士会労働紛争解決センター広島 サービス残業、解雇、退職、未払い残業、パワハラ、セクハラ等の職場のトラブル、悩みの相談 | 0120-73-0610 082-212-4481 info@hiroshima-sr.or.jp | 月~金 10:00~16:00 (祝日・年末年始を除く) |

子どもや家庭に関する相談窓口

| 機関名 | 電話番号 | 内容 | | |
|------------------------------------|------------------------------|--|----------------------------|----------------|
| 三原市 子ども家庭センター すくすく | 0848-67-6061 | 育児・母子の健康に関する相談 | | |
| | 0848-67-6217 | 妊娠・出産・育児・母子の健康に関する相談 | | |
| | 0848-61-0121 | 家庭児童相談 | | |
| | 0848-67-6088 | 虐待通告窓口直通 | | |
| | 0848-61-0122 | 女性・DV相談(月~金9:30~16:00) | | |
| 社会福祉課 | 女性相談室 | 0848-61-0122 | 女性・DV相談(月~金9:30~16:00) | |
| 子育て支援課 | | 0848-67-6045 | 子育て支援・母子福祉に関する相談 | |
| 教育委員会 | 三原ふれあい相談室 | 0848-64-7201 | 不登校やいじめに関する相談 | |
| | 三原子どもサポートダイヤル | 0848-67-6173 | 学校生活の悩み、体罰などの相談 | |
| 尾道市 | 総合福祉センター(健康推進課) | 0848-24-1960 | 育児・母子の健康に関する相談 | |
| | 子育て世代包括支援センター ぽかぽか★ | 0848-36-5003 | | |
| | 御調保健福祉センター | 0848-76-2235 | | |
| | 社会福祉課 | 0848-38-9350 | 女性・DV相談(月~金 9:30~16:00) | |
| | 子育て支援課 | 0848-38-9219 | 家庭児童に関する相談、子育て支援 | |
| | 因島福祉課 | 0845-26-6209 | 女性・DV・児童虐待等に関する相談 | |
| | 教育委員会 | 教育相談コーナー | 0848-37-2983 | 不登校・いじめ等に関する相談 |
| | | 教育支援センター(千光寺さくら) | 0848-24-1825 | |
| | | 教育支援センター(因島はっさく) | 0845-24-0071 | |
| | | 青少年センター相談室 | 0848-37-9459 | |
| 世羅町 | 福祉課 | 0847-25-0072 | DV相談 | |
| | 子育て世代包括支援センター だっこ | 0847-25-0295 | 妊娠・出産・育児・母子の健康に関する相談など | |
| | 教育委員会 | 教育相談 | 0847-22-0548 | 不登校やいじめに関する相談 |
| 高野塾 | | 090-3743-4673 | | |
| 広島県東部子ども家庭センター | 084-951-2340 | 子どもに関すること | | |
| | 084-951-2372 | DVの相談など | | |
| いじめダイヤル24 | 082-420-1313 | 幼児児童生徒のいじめに関する悩みの相談 | | |
| 子どもの人権110番 | 0120-007-110 | いじめなど子どもの人権に関する相談 | | |
| 女性の人権ホットライン | 0570-070-810 | DVなど女性の人権に関する相談 | | |
| チャイルドラインびんご (18才までの子どもがかけられる電話) | 0120-99-7777 | 第1・3月曜日 16:00~21:00 第2・4土曜日 16:00~21:00 | | |
| ヤングテレホン広島 (広島県警察 少年サポートセンター) | 子どもの非行や被害に関すること、立ち直り支援に関すること | 082-228-3993 | 24時間対応 | |
| 少年サポートセンター ぶくやま | | 084-925-7011 | 月~金 9:00~17:00(祝日・年末年始を除く) | |

障害のある人に関する相談窓口

生活上の悩みや困りごとの相談など

祝日・年末年始を除く

| 機関名 | 電話番号 | 相談時間 |
|---------------|--------------|----------------|
| 三原市 三原市障害者福祉課 | 0848-67-6060 | 月~金 8:30~17:15 |