

ひとりで悩んでいませんか？抱え込まずに相談を ◇仙台市内相談機関一覧◇

平成24年12月現在

種別	相談内容	窓口	電話番号	受付時間等
こころの健康	自分や家族のこころの悩み(眠れない,やる気がおきない等)	仙台市精神保健福祉総合センター(はあとぼーと仙台)	265-2191	平日8:30~17時(予約制)
		電話相談「はあとライン」	265-2229	平日10~12時, 13~16時
		電話相談「ナイトライン」	217-2279	年中無休 18~22時
	孤独感、生きているのが辛い...	各区保健福祉センター障害高齢課, 総合支所保健福祉課	☆お問い合わせ先は裏面	平日8:30~17時 ◎月に数回「こころの健康相談」(予約制)
		よりそいホットライン	0120-279-338	24時間年中無休
		仙台いのちの電話 (自殺予防いのちの電話)	718-4343 0120-738-556	24時間年中無休 毎月10日,8時~翌朝8時
		仙台市こころの絆センター (仙台市自殺予防情報センター)	225-5560	平日9:00~17:00
生活・経済問題	多重債務問題,法律的なこと	仙台弁護士会法律相談センター	223-2383	平日10~15時 月・木曜日18~20時(祝日等除く)
		日本司法支援センター(法テラス)・サポートダイヤル	0570-078374	平日9~21時,土曜9~17時
		宮城県司法書士会総合相談センター	221-6870 0120-216-870	平日13~20時
	クレジットやサラ金, ヤミ金	みやぎ青葉の会	711-6225	受付時間 平日午前9~17時 相談時間 平日14~16時 月・水・金13~16時,毎月第3土17~19時(土曜日のみ予約制)
	消費者被害やトラブル	仙台市消費生活センター	268-7867	毎日(年末・年始を除く)9~18時
仕事	職場での悩み	東北労災病院勤労者予防医療センター 勤労者心の電話相談	275-5556	平日14~20時
		対面カウンセリング	275-1085	(予約制)
		働く女性の健康相談	275-1111 (内線3603)	
		社団法人日本産業カウンセラー協会東北支部	715-8114	平日10:00~16:00(面接は予約制)
		働く人の悩みホットライン[(社)日本産業カウンセラー協会]	03-5772-2183	日・祝日除く15~20時(1回30分以内)
	過労死, 過労自殺について	仙台錦町診療所・産業医学センター	222-7997	平日8:30~17時, 土8:30~12時
	復職に関すること	宮城障害者職業センター	257-5601	平日8:45~17時(予約制)
就労に向けて(15~35歳未満)	せんだい若者サポートステーション	246-9685	平日10~17時(予約制)	
ひきこもり	家族への支援	仙台市精神保健福祉総合センター(はあとぼーと仙台)	265-2191	平日8:30~17時(予約制)
	家族及び本人への支援	仙台市ひきこもり地域支援センター(ほわっとわたげ)	285-3581	平日10~17時
家族関係	夫婦関係,配偶者(パートナー)からの暴力,離婚問題等	宮城県女性相談センター(配偶者暴力相談支援センター)	256-0965	平日8:30~17時 面接相談あり
		エル・ソーラ仙台	268-8302 224-8702	面接相談月~土 9~17時(予約制) 【火曜日は夜間相談あり】 相談電話 月・水~土 9時~15:30
		女性の人権ホットライン(仙台法務局人権擁護部)	0570-070-810	平日8:30~17:15
		ハーティ仙台(仙台女性への暴力防止センター)	274-1885	月~金 13:30~16:30, 毎週火曜日(第1,2,3,4)18:30~21時
		仙台市女性への暴力電話相談	268-5145	毎週火曜日14~19時
		仙台弁護士会DV関連相談	266-3775	平日10~17時(有料)
子ども	学校での問題, こどもの養育(18歳未満)	仙台市児童相談所	718-2580	平日8:30~17時
		仙台市子供相談支援センター(面接相談)	262-4828	平日8:30~18時
		〃 (ヤングテレホン相談)	0120-7830-17	24時間年中無休 (携帯・PHSからは 222-7830)
		〃 (子育て何でも電話相談)	216-1152	平日8:30~17時
		少年相談電話(宮城県警察本部少年課)	222-4970	24時間年中無休

[仙台市精神保健福祉総合センター(はあとぼーと仙台)作成]

ひとりで悩んでいませんか？抱え込まずに相談を ◇仙台市内相談機関一覧◇

平成24年12月現在

種別	相談内容	窓口	電話番号	受付時間等
子ども	虐待 (補償等)お問い合わせ	キャブネットみやぎ(子ども虐待防止ネットワーク・みやぎ)	265-8866	平日,土10~16時
	いじめ	いじめ110番(宮城県警察本部少年課)	221-7867	24時間年中無休
	いじめ,子どもの人権	子どもの人権110番(仙台法務局人権擁護部)	0120-007-110	平日8:30~17:15
	子どものそうだんまどぐち	NPO法人チャイルドラインみやぎ	0120-99-7777	げつ~ど(ごご4じ~9じ)つうわむりょう【こどもせんよう】
	子どもに関する相談全般	仙台弁護士会 子ども悩みごと電話相談	022-263-7585	平日9:30~16:30 初回相談無料,2回目以降有料
障害者	障害者の権利擁護・生活全般	障害者「110番」(宮城県障害者社会参加推進センター)	296-5053 (Fax兼)	平日 12時~17時(火曜・祝祭日を除く) 日曜 9時~17時
	福祉サービス利用や日常的な金銭管理の支援	仙台市権利擁護センター(まもりーぶ仙台)	217-1610	月~金 9:30~16時
	在宅認知症,知的・精神障害者の暮らしのサポート	NPO法人宮城福祉オンブズネット「エール」	722-7225	平日10~15時
高齢者	高齢者総合相談	各区保健福祉センター障害高齢課,総合支所保健福祉課	☆お問い合わせ先は下記	平日8:30~17時
	高齢者とその家族の悩み事	仙台市シルバーセンター総合相談センター(高齢者に関わる一般相談)	215-4135	全館休館日を除く毎日10:30~12時,13~16:30
震災関連	東日本大震災に関する相談	いのちの電話震災ダイヤル	0120-556-189	13時~20時(毎月10日を除く)
		仙台弁護士会 震災関係無料法律相談	223-2383	要予約(仙台,気仙沼,石巻,登米,古川,大河原)
		法務局 震災関連相談	0120-227-746	平日8:30~17:15 土・日・祝日9時~16時
		法テラス 震災法テラスダイヤル	0120-078309	平日9~21時 土曜9~17時
被害者	犯罪被害者支援	法テラス 犯罪被害者支援ダイヤル	0570-079714	平日9~21時 土曜9~17時

活動内容	団体の名称	グループの概要	お問い合わせ先, 受付時間等
自死遺族	仙台わかちあいのつどい藍の会(当事者が運営)	・毎月末の土または日曜に「わかちあいのつどい」を開催(14時~17時) ・毎月第2・4金曜に「茶話会」を開催(13時~16時)	「藍の会」代表:田中幸子 TEL717-5066(FAX兼)24時間年中無休
	社会福祉法人仙台いのちの電話「すみれの会」	毎月第1・3水曜にわかちあいのつどいを開催	「仙台いのちの電話」事務局 TEL718-4401 平日10~19時
	仙台グリーフケア研究会(医療関係者が運営)	毎月第3土曜14時~16:30に「わかちあいの会」を開催	「仙台グリーフケア研究会」 専用携帯電話 070-5548-2186
遺族	(震災などで)子どもを亡くした親の会	最終木曜日につむぎの会(仙台)を開催	「藍の会」代表:田中幸子 TEL717-5066(FAX兼)24時間年中無休
	家族を亡くした遺族の会	偶数月に1回(家族を亡くした遺族であれば参加可) 「慈恩寺」仙台駅東口 13時~16時(法話を聞き,語る会)	

※特に記載のないものは祝日・年末年始はお休みです。

ひとりで悩まず相談しよう。



きづく・つながる・ささえる

☆各区保健福祉センター・総合支所の連絡先

- 青葉区保健福祉センター (代)225-7211
- 青葉区宮城総合支所 (代)392-2111
- 宮城野区保健福祉センター (代)291-2111
- 若林区保健福祉センター (代)282-1111
- 太白区保健福祉センター (代)247-1111
- 太白区秋保総合支所 (代)399-2111
- 泉区保健福祉センター (代)372-3111

◆相談機関一覧表に関するお問い合わせ先  
仙台市精神保健福祉総合センター  
(はあとぼーと仙台)  
〒980-0845  
仙台市青葉区荒巻字三居沢1-6  
電話 265-2191 FAX 265-2190

[仙台市精神保健福祉総合センター(はあとぼーと仙台)作成]