



ひとりで悩まずに

相談してみませんか？



日常生活の中では、様々な問題につき当たり、悩みを抱えることがあります。そんなとき、「人に悩みを言えない」、「どこに相談したらいいかわからない」とひとりで抱え込んでいませんか？

三島市や関係機関には、皆さんが抱えている悩みや問題に応じた、多くの相談窓口があります。相談窓口では、専門の職員があなたの悩みの解決をサポートします。あなたはひとりではありません。ご相談をお待ちしています。

また、周りの人が悩みや問題を抱えていることに気付いた時は、相談窓口をご紹介ください。

●こころやからだの健康についての相談

相談の名称	日時等	内容	場所・連絡先
精神保健福祉総合相談	電話にてご確認ください。※予約制	医師によるこころの病気や悩みの相談	静岡県東部健康福祉センター 920-2087
薬物・アルコール依存相談		アルコール・薬物問題についての相談	静岡県精神保健福祉センター 054-286-9245
静岡県ひきこもり支援センター	月～金曜（祝日を除く） 午前 10 時～正午、午後 1 時～3 時	ひきこもりに関する相談	054-286-9219
酒害相談	第 1 火曜日 午前 10 時～正午	断酒会によるアルコールの悩み相談	三島市立保健センター 973-3700
健康相談	月～金曜日（祝日を除く） 午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分	保健師による健康全般に関する相談	
こころの電話	月～金曜日（祝日を除く） 午前 8 時 30 分～午後 5 時	こころの様々な悩みについての相談	922-5562
静岡いのちの電話	毎日 午後 3 時～9 時	さまざまな悩みやこころの危機についての相談	054-272-4343
自殺予防いのちの電話	毎月 10 日 午前 8 時～翌日午前 8 時		0120-738-556※通話無料

●子どもや若者についての相談

相談の名称	日時等	内容	場所・連絡先
子育て コンシェルジュ	月～金曜日（祝日を除く） 午前 9 時～午後 4 時	乳幼児の就園や子育て案内、相談	三島市役所 2 階 子育て支援課
家庭児童相談室	月～金曜日（祝日を除く） 午前 8 時 30 分～午後 5 時	子どもの養育など、面接・電話相談	
子ども SOS		子育て相談専用電話	0800-200-7576 ※通話無料
ハロー電話 「ともしび」	月～金曜日 午前 9 時～午後 7 時 土・日曜日・祝日 午前 9 時～午後 5 時	青少年からの悩み相談、保護者からの教育相談	931-8686
青少年相談	火～金曜日（祝日を除く） 午前 9 時～11 時、午後 1 時～4 時 土曜日（祝日を除く）午前 9 時～11 時	幼児～25 歳の青少年全般にわたる電話・面接相談	生涯学習センター 2 階 青少年相談室 983-0886

●高齢者についての相談

相談の名称	対象地区	内容	場所・連絡先
地域包括支援センター三島	旧市内地区	高齢者の医療・介護・生活全般、高齢者虐待についての相談	三島市役所 西館 1 階 983-2689
北上地区地域包括支援センター	北上地区		佐野 1205-3 989-6500
錦田地区地域包括支援センター	錦田地区		谷田字藤久保 2276 975-2424
中郷地区地域包括支援センター	中郷地区		梅名 578 984-3777

相談の名称	日時等	内容	場所・連絡先
街中ほっとサロン	平成 26 年 3 月まで	月～金曜日（祝日を除く） 午前 10 時～午後 4 時	健康や介護など高齢者の悩みごとの相談
	平成 26 年 4 月以降	日～火曜日、木～土曜日 午前 9 時～午後 4 時 30 分	