

# 相談窓口一覧表

|                                   | 相談窓口名称                         | 運営主体     | 電話番号   | URL   | 開設時間   | 定休日         | 備考(特徴など)   |               |
|-----------------------------------|--------------------------------|----------|--|---|--|-------------|--|---------------|
| 1. こころとからだの健康(うつ病などの精神疾患や心身の不調など) | 医療相談窓口(県医事業務課内)                | 高知県      | 088-823-9668   |   | 9:00~12:00<br>13:00~16:00  | 土・日・祝日・年末年始 | 医療に関する患者・家族からの相談   |               |
|                                   | 思春期相談センター(PRINK)               | 高知県      | 088-873-0022   |   | 13:00~18:30  | 日・祝日・年末年始   | 思春期の性に関する相談  |               |
|                                   | 不妊専門相談センター「ここから相談室」(高知医療センター内) | 高知県      | 070-5511-1679  |   | ①電話相談<br>毎週水曜<br>9:00~12:00<br>②面接相談(予約制)<br>第1水曜<br>13:00~16:20     | 祝日・年末年始     | 不妊に関する専門相談   |               |
|                                   | がん相談センターこうち                    | 高知県      | 088-854-8762   |   | 月~金、第2・第4土曜<br>9:00~17:00  | 土・日・祝日・年末年始 | がんに関する相談<br>がんに関する悩み、不安、疑問など   |               |
|                                   | こうち難病相談支援センター                  | 高知県      | 088-855-6258   | <a href="http://kochi-nanbyoshien.com/">http://kochi-nanbyoshien.com/</a>   | 8:30~17:15   | 日・祝日・年末年始   | 難病患者及びその家族の療養上、生活上の悩みや不安等の解消を図るために電話面接等による療養日常生活、各種公的施設等に対する相談支援や生活情報の提供<br>・精神的な悩み、精神障害、社会復帰に関する相談<br>・アルコール依存症、ひきこもり、その他心の健康に関する相談 |               |
|                                   | 高知県立精神保健福祉センター                 | 高知県      | 088-821-4966   | <a href="http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060303/">http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060303/</a>                                   | 8:30~17:15   | 土・日・祝日・年末年始 | 同上   |               |
|                                   | 心のテレ相談                         | 高知県      | 088-823-0600   | <a href="http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060303/kokorono.html">http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060303/kokorono.html</a>         | 13:00~15:00  | 土・日・祝日・年末年始 | 〃  |               |
|                                   | 高知市保健所                         | 高知市      | 088-823-9114   |   | 8:30~17:15   | 土・日・祝日・年末年始 | 心と身体の健康に関する相談  |               |
|                                   | 安芸福祉保健所                        | 高知県      | 0887-34-3175   |   | 8:30~17:15   | 土・日・祝日・年末年始 | 〃  |               |
|                                   | 中央東福祉保健所                       | 高知県      | 0887-53-3172   |   | 8:30~17:15   | 土・日・祝日・年末年始 | 〃  |               |
|                                   | 中央西福祉保健所                       | 高知県      | 0889-22-1247   |   | 8:30~17:15   | 土・日・祝日・年末年始 | 〃  |               |
|                                   | 須崎福祉保健所                        | 高知県      | 0889-42-1875   |   | 8:30~17:15   | 土・日・祝日・年末年始 | 〃  |               |
|                                   | 幡多福祉保健所                        | 高知県      | 0880-34-5120   |   | 8:30~17:15   | 土・日・祝日・年末年始 | 〃  |               |
|                                   | 各市町村保健衛生担当課                    | 各市町村     | 各市町村保健衛生担当課  | 各市町村保健衛生担当課にお問い合わせください  |  |             |  | 心と身体の健康に関する相談 |
| 2. 経済問題                           | 高知県立消費生活センター                   | 高知県      | 088-824-0999   | <a href="http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/141602/">http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/141602/</a>                                   | 9:00~16:45   | 土・祝日・年末年始   | 消費生活に関する相談を受けています。   |               |
|                                   | 高知市消費生活センター                    | 高知市      | 088-823-9433   | <a href="http://www.city.kochi.kochi.jp/soshiki/23/01-1.html">http://www.city.kochi.kochi.jp/soshiki/23/01-1.html</a>                   | 月~金<br>9:00~12:00<br>13:00~16:30<br>土曜日<br>9:00~12:00<br>13:00~16:00 | 日・祝日・年末年始   | 〃  |               |
|                                   | 南国市消費生活センター                    | 南国市      | 088-880-6560   | <a href="https://www.city.nankoku.lg.jp/life/life_dtl.php?hdnKey=3251">https://www.city.nankoku.lg.jp/life/life_dtl.php?hdnKey=3251</a> | 8:30~17:15   | 土・日・祝日・年末年始 | 〃  |               |
|                                   | 幡多広域消費生活センター                   | 四万十市     | 0880-34-8805   | <a href="http://www.hata-e.co.jp/hatamap/syohi/">http://www.hata-e.co.jp/hatamap/syohi/</a>   | 9:00~12:00<br>13:00~17:00  | 〃           | 〃  |               |
|                                   | 各市町村多重債務相談窓口                   | 各市町村     | 各市町村の多重債務相談窓口にお問い合わせください。<br><a href="https://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/141602/files/2020022000">https://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/141602/files/2020022000</a> |   |  |             | 〃  | 〃             |
|                                   | 高知弁護士会                         | 高知弁護士会   | 088-822-4867   | <a href="https://www.kochibe.or.jp/">https://www.kochibe.or.jp/</a>   | 10:00~12:00<br>13:00~16:00   | 土・日・祝日      | 多重債務等の各種法律相談を弁護士が行っています。   |               |
|                                   | 高知県司法書士会総合相談センター               | 高知県司法書士会 | 088-825-3143   | <a href="http://www.kochi088253131.com/houritu_soudan/1317/">http://www.kochi088253131.com/houritu_soudan/1317/</a>                     | 9:00~16:00   | 祝祭日・年末年始    | 借金(多重債務)問題の相談<br>①毎週土曜日13~15時<br>・高知県司法書士会館、四万十市社会福祉センター<br>②第1・3土曜日10~12時:安芸市総合社会福祉センター<br>③第1・3土曜日13~17時:須崎市立市民文化会館                |               |

# 相談窓口一覧表

|          | 相談窓口名称                             | 運営主体                   | 電話番号  | URL   | 開設時間  | 定休日  | 備考(特徴など)   |
|----------|------------------------------------|------------------------|---|---|---|--|--|
| 3. 介護    | 高齢者総合相談センター【シルバー110番】              | 高知県社会福祉協議会             | 088-875-0110  |   | 9:00～16:00  | 祝日・年末年始                                    | 高齢者の悩み相談<br>弁護士による相談は、第1・第3木曜日13:00～15:00のみ                                |
|          | 公益社団法人 認知症の人と家族の会高知県支部【認知症コールセンター】 | 公益社団法人 認知症の人と家族の会高知県支部 | 088-821-2818  |   | 10:00～16:00   | 土・日・祝日・年末年始                                | 認知症に関する悩み相談  |
|          | 各市町村地域包括支援センター                     | 各市町村                   | 各市町村の地域包括支援センターにお問い合わせください<br><a href="https://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060201/files/2015071800">https://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060201/files/2015071800</a> |   |   |  | 高齢者の悩み相談   |
| 4. 仕事・職場 | 高知県産業保健総合支援センター                    | 労働者健康安全機構              | 088-826-6155  | <a href="http://www.kochis.iobas.go.jp/">http://www.kochis.iobas.go.jp/</a>   | 8:30～17:15  | 土・日・祝日・年末年始                                | ・産業保健に関する様々な問題について、専門のスタッフが、センターの窓口、電話等で相談に応じ、解決方法を助言します<br>・メンタルヘルス相談     |
|          | 高知労働局総合労働相談コーナー                    | 労働局                    | 0120-783-722<br>088-885-6027  | <a href="http://isite.mhlw.go.jp/kochi-roudoukyoku/madoguchi_annai/soudan.html">http://isite.mhlw.go.jp/kochi-roudoukyoku/madoguchi_annai/soudan.html</a> | 8:30～17:15  | 土・日・祝日・年末年始                                | 職場でのいじめ、嫌がらせ等、労働相談全般   |
|          | 高知総合労働相談コーナー                       | 労働局                    | 088-885-6010  | <a href="http://isite.mhlw.go.jp/kochi-roudoukyoku/madoguchi_annai/soudan.html">http://isite.mhlw.go.jp/kochi-roudoukyoku/madoguchi_annai/soudan.html</a> | 8:30～17:15  | 土・日・祝日・年末年始                                | 職場でのいじめ、嫌がらせ等、労働相談全般   |
|          | 須崎総合労働相談コーナー                       | 労働局                    | 0889-42-1866  | <a href="http://isite.mhlw.go.jp/kochi-roudoukyoku/madoguchi_annai/soudan.html">http://isite.mhlw.go.jp/kochi-roudoukyoku/madoguchi_annai/soudan.html</a> | 8:30～17:15  | 土・日・祝日・年末年始                                | 職場でのいじめ、嫌がらせ等、労働相談全般   |
|          | 四万十総合労働相談コーナー                      | 労働局                    | 0880-35-3148  | <a href="http://isite.mhlw.go.jp/kochi-roudoukyoku/madoguchi_annai/soudan.html">http://isite.mhlw.go.jp/kochi-roudoukyoku/madoguchi_annai/soudan.html</a> | 8:30～17:15  | 土・日・祝日・年末年始                                | 職場でのいじめ、嫌がらせ等、労働相談全般(女性相談員がいます)  |
|          | 安芸総合労働相談コーナー                       | 労働局                    | 0887-35-2128  | <a href="http://isite.mhlw.go.jp/kochi-roudoukyoku/madoguchi_annai/soudan.html">http://isite.mhlw.go.jp/kochi-roudoukyoku/madoguchi_annai/soudan.html</a> | 8:30～17:15  | 土・日・祝日・年末年始                                | 職場でのいじめ、嫌がらせ等、労働相談全般   |
| 5. 家庭内暴力 | 高知県女性相談支援センター(配偶者暴力相談支援センター)       | 高知県                    | 088-833-0783  | <a href="http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/141603/">http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/141603/</a>   | (来所)<br>9:00～17:15<br>(電話)<br>月～金<br>9:00～22:00<br>土・日・祝日<br>9:00～20:00 | (来所)<br>土・日・祝日・年末年始<br>(電話)<br>土・日・祝日・年末年始 | 配偶者等からの暴力や離婚、家族のことなど、女性の抱えるさまざまな問題についての相談                                  |
|          | 女性の人権ホットライン                        | 高知地方務局                 | 0570-070-810  | <a href="http://www.moi.go.jp/JINKEN/iinken108.html">http://www.moi.go.jp/JINKEN/iinken108.html</a>   | 8:30～17:15  | 土・日・祝日                                     | DV、セクハラ、ストーカー行為などの女性の人権に関する相談  |
|          | インターネット人権相談受付(大人用)(PC)             | 高知地方務局                 | —   | <a href="http://www.moi.go.jp/JINKEN/iinken113.html">http://www.moi.go.jp/JINKEN/iinken113.html</a>   | 24時間  | なし   | 〃  |
|          | インターネット人権相談受付(大人用)(携帯電話)           | 高知地方務局                 | —   | <a href="https://www.iinken.go.jp/soudan/MO_AD/0101.html">https://www.iinken.go.jp/soudan/MO_AD/0101.html</a>   | 24時間  | なし   | 〃  |
| 6. 子育て   | 高知県立中央児童相談所                        | 高知県                    | 088-821-6700  | <a href="http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060403/">http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060403/</a>   | 8:30～17:15<br>(児童虐待は24時間)   | 土・日・祝日・年末年始                                | 児童虐待や子育てに関する相談   |
|          | 高知県立幡多児童相談所                        | 高知県                    | 0880-37-3159  | <a href="http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060404/">http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060404/</a>   | 8:30～17:15<br>(児童虐待は24時間)   | 土・日・祝日・年末年始                                | 〃  |
|          | 高知県心の教育センター                        | 高知県教育委員会               | 088-821-9909  | <a href="http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/311902/">http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/311902/</a>   | (来所・電話)<br>9:00～17:00<br>(Eメール)<br>返信時間<br>9:00～17:00                   | (来所)<br>土・日・祝日・年末年始<br>(電話)<br>土・日・祝日・年末年始 | いじめや不登校をはじめとする児童生徒の悩みや、子どもの教育に関する悩み等についての相談<br>※相談専用電話:0120-078310(24時間受付) |
|          | 子どもと家庭の110番                        | 高知県(委託)                | 088-872-0099  |   | 9:00～18:00  | 年末年始                                       | 〃  |
|          | 児童家庭支援センター高知みその(高知市)               | 高知県(委託)                | 088-872-6488  |   | 24時間  | なし   | 〃  |
|          | 児童家庭支援センターひだまり(佐川町)                | 高知県(委託)                | 0889-20-0203  |   | 24時間  | なし   | 〃  |
|          | 児童家庭支援センターわかくさ(四万十市)               | 高知県(委託)                | 0880-33-0258  |   | 24時間  | なし   | 〃  |

# 相談窓口一覧表

|                           | 相談窓口名称                    | 運営主体       | 電話番号  | URL   | 開設時間  | 定休日                                  | 備考(特徴など)   |
|---------------------------|---------------------------|------------|---|---|---|--------------------------------------|--|
| 7. 児童虐待                   | 高知県立中央児童相談所               | 高知県        | 088-821-6700  | <a href="http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060403/">http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060403/</a>                                 | 8:30～17:15  | 土・日・祝日・年末年始                          | 児童虐待や子育てに関する相談   |
|                           | 高知県立幡多児童相談所               | 高知県        | 0880-37-3159  | <a href="http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060404/">http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060404/</a>                                 | 8:30～17:15  | 土・日・祝日・年末年始                          | 〃  |
|                           | 子どもと家庭の110番               | 高知県(委託)    | 088-872-0099  |   | 9:00～18:00  | 年末年始                                 | 〃  |
|                           | 児童家庭支援センター高知みその(高知市)      | 高知県(委託)    | 088-872-6488  |   | 24時間  | なし                                   | 〃  |
|                           | 児童家庭支援センターひだまり(佐川町)       | 高知県(委託)    | 0889-20-0203  |   | 24時間  | なし                                   | 〃  |
|                           | 児童家庭支援センターわかくさ(四万十市)      | 高知県(委託)    | 0880-33-0258  |   | 24時間  | なし                                   | 〃  |
|                           | 子どもの人権110番                | 高知地方務局     | 0120-007-110  | <a href="http://www.moj.go.jp/JINKEN/iinken112.html">http://www.moj.go.jp/JINKEN/iinken112.html</a>                                   | 8:30-17:15  | 土・日・祝日                               | いじめ、体罰、児童虐待などの子どもの人権に関する相談   |
|                           | インターネット人権相談受付(子ども用)(PC)   | 高知地方務局     | —   | <a href="http://www.moj.go.jp/JINKEN/iinken113.html">http://www.moj.go.jp/JINKEN/iinken113.html</a>                                   | 24時間  | なし                                   | 〃  |
| インターネット人権相談受付(子ども用)(携帯電話) | 高知地方務局                    | —          | <a href="https://www.iinken.go.jp/soudan/MO_CH/0101.html">https://www.iinken.go.jp/soudan/MO_CH/0101.html</a> | 24時間  | なし  | 〃                                    |  |
| 8. いじめ                    | 24時間いじめ電話相談               | 高知県教育委員会   | 0120-0-78310  |   | 24時間  | なし                                   | いじめ問題に悩む子どもや保護者等を対象に、24時間体制で電話相談を受け付けています                                    |
|                           | 高知県心の教育センター               | 高知県教育委員会   | 088-821-0901  | <a href="http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/311902/">http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/311902/</a>                                 | (来所・電話) 9:00～17:00<br>(Eメール) 返信時間: 9:00～17:00 (月～金) | (来所) 土・日・祝日・年末年始<br>(電話) 土・日・祝日・年末年始 | いじめや不登校をはじめとする児童生徒の悩みや、子どもの教育に関する悩み等についての相談<br>※相談専用電話: 0120-0-78310(24時間受付) |
|                           | 子どもの人権110番                | 高知地方務局     | 0120-007-110  | <a href="http://www.moj.go.jp/JINKEN/iinken112.html">http://www.moj.go.jp/JINKEN/iinken112.html</a>                                   | 8:30-17:15  | 土・日・祝日                               | いじめ、体罰、児童虐待などの子どもの人権に関する相談   |
|                           | インターネット人権相談受付(子ども用)(PC)   | 高知地方務局     | —   | <a href="http://www.moj.go.jp/JINKEN/iinken113.html">http://www.moj.go.jp/JINKEN/iinken113.html</a>                                   | 24時間  | なし                                   | 〃  |
|                           | インターネット人権相談受付(子ども用)(携帯電話) | 高知地方務局     | —   | <a href="https://www.iinken.go.jp/soudan/MO_CH/0101.html">https://www.iinken.go.jp/soudan/MO_CH/0101.html</a>                         | 24時間  | なし                                   | 〃  |
| 9. ひきこもり                  | こうち若者サポートステーション           | 高知県社会福祉協議会 | 088-844-3411  | <a href="http://www.pippikoch.or.jp/saposute/">http://www.pippikoch.or.jp/saposute/</a>   | 10:00～17:00   | 日・月・祝日・年末年始                          | ネットや引きこもりについての相談・支援を行っています   |
|                           | 高知県立精神保健福祉センター            | 高知県        | 088-821-4966  | <a href="http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060303/">http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060303/</a>                                 | 8:30～17:15  | 土・日・祝日・年末年始                          | ・精神的な悩み、精神障害、社会復帰に関する相談<br>・アルコール依存症、ひきこもり、その他心の健康に関する相談                     |
|                           | 心のテレ相談                    | 高知県        | 088-823-0600  | <a href="http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060303/kokorono.html">http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060303/kokorono.html</a>       | 13:00～15:00   | 土・日・祝日・年末年始                          | 〃  |
|                           | ひきこもり地域支援センター             | 高知県        | 088-821-4508  | <a href="https://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060303/hikikomori.html">https://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060303/hikikomori.html</a> | 8:30～17:15  | 土・日・祝日・年末年始                          | ひきこもりに関する相談  |
| 10. アルコールやギャンブルなどへの依存     | 高知県立精神保健福祉センター            | 高知県        | 088-821-4966  | <a href="http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060303/">http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060303/</a>                                 | 8:30～17:15  | 土・日・祝日・年末年始                          | ・精神的な悩み、精神障害、社会復帰に関する相談<br>・アルコール依存症、ひきこもり、その他心の健康に関する相談                     |
|                           | 心のテレ相談                    | 高知県        | 088-823-0600  | <a href="http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060303/kokorono.html">http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060303/kokorono.html</a>       | 13:00～15:00   | 土・日・祝日・年末年始                          | 〃  |

## 相談窓口一覧表

|                  | 相談窓口名称              | 運営主体        | 電話番号                   | URL   | 開設時間                                | 定休日         | 備考(特徴など)  |                  |
|------------------|---------------------|-------------|------------------------|---|-------------------------------------|-------------|---|------------------|
| 11. 死にたい気持ち      | 高知県立精神保健福祉センター      | 高知県         | 088-821-4966           | <a href="http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060303/iisatutaisaku.html">http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060303/iisatutaisaku.html</a> | 8:30~17:15                          | 土・日・祝日・年末年始 | 自殺を考えるほどの悩みを抱えている方や自死遺族等からの相談に対応します                                 |                  |
|                  | 高知いのちの電話            | 高知いのちの電話協会  | 088-824-6300           | <a href="http://www.kinochi.sakura.ne.jp">http://www.kinochi.sakura.ne.jp</a>   | 9:00~21:00<br>(年末年始<br>10:00~18:00) |             | 自殺予防のための電話相談を協会認定の相談員が行っています<br>※毎月10日は24時間フリーダイヤル(電話 0120-783-556) |                  |
| 12. 遺された方        | 高知県立精神保健福祉センター      | 高知県         | 088-821-4966           | <a href="http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060303/">http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060303/</a>                                     | 8:30~17:15                          | 土・日・祝日・年末年始 | 遺された方の精神的な悩みに関する相談  |                  |
| 13. 地域生活のさまざまな問題 | 警察総合相談              | 高知県警察本部     | 088-823-9110<br>#9110  |   | 24時間                                | なし          | 県民の安全と平穏についての相談   |                  |
|                  | 各市町村社会福祉協議会         | 各市町村社会福祉協議会 | 各市町村社会福祉協議会にお問い合わせください |   |                                     |             |   | 生活・福祉に関する困りごとの相談 |
|                  | こうち被害者支援センター        | 特定認定非営利活動法人 | 088-854-7867           | <a href="http://www.shiencent-er-kochi.or.jp/">http://www.shiencent-er-kochi.or.jp/</a>   | 10:00~16:00                         | 土・日・祝日・年末年始 | 犯罪の被害にあわれた方やその家族・遺族への対応   |                  |
|                  | 人権相談                | 高知地方務局      | 088-822-3331           |   | 8:30~17:15                          | 土・日・祝日・年末年始 | 人権問題全般に関する相談  |                  |
|                  | インターネット人権相談受付(PC)   | 高知地方務局      | —                      | <a href="http://www.moi.go.jp/JINKEN/iinken113.html">http://www.moi.go.jp/JINKEN/iinken113.html</a>                                       | 24時間                                | なし          | 人権問題全般に関する相談  |                  |
|                  | インターネット人権相談受付(携帯電話) | 高知地方務局      | —                      | <a href="http://www.moi.go.jp/k/index.html">http://www.moi.go.jp/k/index.html</a>   | 24時間                                | なし          | 〃   |                  |