

電話相談（厚生労働省HP まもろうよこころ [電話で話したい](#) 参照）

いのち SOS（特定非営利活動法人 自殺対策支援センターライフリンク）



0120-061-338

おもい ささえる（フリーダイヤル・無料）

月曜日、木曜日 00:00~26:00（26時間）

火曜日~水曜日、金曜日~日曜日 8:00~24:00

※日曜日8:00~月曜日26:00まで、水曜日8:00~木曜日26:00までは連続対応

よりそいホットライン（一般社団法人 社会的包摂サポートセンター）



0120-279-338

つなぐ ささえる（フリーダイヤル・無料）

24時間対応

SNS相談（厚生労働省HP まもろうよこころ [SNSで話したい](#) 参照）

生きるのがつらいときの相談



生きづらびっと（LINE）

ID検索@yorisoi-chat（生きづらびっと）

相談日時：月・火・木・金・日曜日 17:00~22:30（22:00まで受付）

水曜日 11:00~16:30（16:00まで受付）

名前を言わず誰かに話を聞いてもらいたいときの相談



18歳以下の子どものためのチャット相談

チャイルドラインチャット相談

相談日時：毎週木・金曜日、第3土曜日 16:00~21:00

れんらくさき
【連絡先】

まさきちょうほ けんふくし ぶ けんこう か けんこうそうしんがかり
松前町保健福祉部 健康課 健康増進係

〒791-3192 伊予郡松前町筒井631番地

電話 (089)985-4118

FAX (089)985-4158

メールアドレス: 731hoce@town.masaki.ehime.jp

まも こころを守ろう

あなたとあなたの大切な人が
いつも笑顔でいられますように…

いきるを支える相談窓口
（悩み別相談窓口一覧）

気づいた方も、悩みを抱えている方も、
まずはご相談ください。
秘密は守ります。相談は無料です。

四国・愛媛 恵み、めぐるまち、まさき。



2022年4月

相談内容	電話番号	相談窓口・受付時間等
------	------	------------

心の健康・悩みなどの相談窓口

心の悩み相談	089-958-1111	社会福祉法人愛媛いのちの電話 毎日 12:00～24:00
	0120-783-556	社会福祉法人愛媛いのちの電話 毎日 16:00～21:00 毎月10日はフリーダイヤル 8:00～翌朝8:00 (24時間無料)
自殺について悩んでいる方の相談	089-913-9090	NPO法人松山自殺防止センター 月・水・金曜日 20:00～23:00 ◎自死遺族のつどい 毎月第1土曜日 13:30～16:00
うつ病に悩む本人、家族等、企業の方の相談	089-931-0702	NPO法人こころ塾 月～金曜日 10:00～15:00 (祝日・年末年始を除く)
心の問題や精神的な悩み	089-917-5012	こころのダイヤル (愛媛県心と体の健康センター) 月・水・金曜日 9:00～12:00 13:00～15:00 (祝日・年末年始を除く)
心の病気、精神保健に関する相談	089-985-4118	松前町健康課健康増進係 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
アルコール、薬物、ギャンブル等依存の相談	089-911-3880	愛媛県心と体の健康センター 月～金曜日 8:30～17:15 (面接相談は要予約) (祝日・年末年始を除く)
ひきこもりに関する相談 (18歳以上)	089-909-8757	中予保健所健康増進課 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
	089-911-3883	ひきこもり相談室 (愛媛県心と体の健康センター) 月～金曜日 9:00～17:00 (面接相談は要予約) (祝日・年末年始を除く)

借金に関する相談窓口

多重債務相談	089-985-4120	松前町消費生活相談窓口 (産業課内) 月～金曜日 8:30～17:15 ※毎週火曜・第1金曜は専門の相談員がいます (祝日・年末年始を除く)
	050-3383-5580	法テラス愛媛 月～金曜日 9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)

相談内容	電話番号	相談窓口・受付時間等
------	------	------------

働くことに関する相談窓口

働くことや資格に関する相談	089-917-5255	ハローワーク松山 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
	089-913-7401	ハローワークプラザ 月・金曜日 8:30～19:00 火・水・木曜日 8:30～17:15 第2・4土曜日 10:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)
若年者の就職相談	089-913-8686	ジョブカフェ愛 work (愛媛県若年者就職支援センター) 月～金曜日 8:30～19:00 土曜日 10:00～18:00 来所相談(要予約) (祝日・年末年始を除く)
労働トラブルや働くことにまつわる相談	089-915-2400	愛媛くらしの相談センター 月～金曜日 9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)

子どもに関する相談窓口

子育てに関する相談	089-960-3269	松前町子育て世代包括支援センター 月～土曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
児童問題全般の相談	089-922-5040	愛媛県福祉総合支援センター 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
不登校、いじめ等の相談	089-963-3986	愛媛県総合教育センター 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
いじめの相談	0120-0-78310	24時間子供SOSダイヤル 毎日 24時間受付
18歳までのこどもの相談	0120-99-7777	子ども電話「ひびき」 毎月 5・10・15・20・25・30日 16:00～21:00
	089-917-7797	
思春期の悩みや不安に対する相談	089-911-3880	愛媛県心と体の健康センター 月～金曜日 8:30～17:15 (面接相談は要予約) (祝日・年末年始を除く)

相談内容	電話番号	相談窓口・受付時間等
------	------	------------

女性に関する相談窓口

女性に関する 様々な相談	089-927-3490	愛媛県福祉総合支援センター (女性支援グループ) ◎来所(予約)・電話 月～金曜日 8:30～12:00 13:00～17:15 (祝日・年末年始を除く) ◎女性夜間ダイヤル相談 毎日 18:00～20:00 (祝日・年末年始を除く)
-----------------	--------------	---

生活や性に関する相談窓口

生活や性に関する 様々な相談	089-926-1644	愛媛県男女共同参画センター ◎一般相談 火～金曜日 来所 8:30～16:30 電話 8:30～17:30 土・日曜日 来所・電話 8:30～16:30 (祝日・年末年始を除く) ◎心理相談 毎週木曜日(第5木曜日は除く) 来所・電話 13:00～17:00 予約制(一般相談を受けた方) (祝日・年末年始を除く) ◎法律相談 第1・2・4木曜日 13:30～15:30 (来所相談要予約一人30分以内) (祝日・年末年始を除く)
	089-926-1633	愛媛県男女共同参画センター ◎男性相談 火～日曜日 8:30～17:00 (予約制による電話相談面談相談)
性暴力被害に 関する相談	089-909-8851	えひめ性暴力被害者支援センター (ひめここ) 毎日 24時間受付
LGBT性マイノリティー に関する相談	070-4286-0409	愛媛県LGBT専門電話相談 毎月第2月曜日・第4日曜日 18:00～21:30 (最終受付:終了10分前まで)

相談内容	電話番号	相談窓口・受付時間等
------	------	------------

高齢者に関する相談窓口

高齢者の一般相談 (福祉、介護)	089-985-4205	松前町福祉課地域包括支援センター 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
高齢者の一般相談 (生活、福祉)	089-921-8789	愛媛県高齢者相談センター (愛媛県社会福祉協議会) ◎一般相談 (法律、登記、税金等専門相談を除く) 月～金曜日 9:00～12:00 13:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)

その他の相談に関する窓口

障がい児・者 に関する相談	089-985-4112	松前町福祉課障がい福祉係 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
生活保護に関する相談	089-985-4155	松前町福祉課障がい福祉係 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
	089-909-8756	中予地方局地域福祉課 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
心配ごと相談	089-985-3200	松前町社会福祉協議会 毎週木曜日・第2・3土曜日・第1日曜日 9:00～15:00 ※電話予約制(土日のみ) (祝日・年末年始は除く)
新型コロナウイルス 感染拡大により、 心のケアの相談	0120-612-155	愛媛県 毎日 9:00～21:00
消費生活の相談	089-925-3700	愛媛県消費生活センター 月・火・木・金曜日 9:00～17:00 水曜日 9:00～19:00 (祝日・年末年始を除く)