

(2) こころと命を守る相談窓口一覧

こころの健康に関する相談に応じます。いち早く話を聴いてもらいたいときに、ご相談ください。

相談窓口名称	電話番号等	内容・受付時間他
LINE 相談窓口 こころのサポート相談 「ほっと・ぎふ」	岐阜県内にお住いの方であれば、 どなたでもご利用 いただけます。 LINE で友だち登録 	電話や対面での相談に抵抗がある方にも、気軽 にご相談いただけるようチャット形式のこころ の相談窓口です。 毎週日曜日・月曜日 19:00～翌3:00まで（最終受付2:30）
こころのダイヤル119番	058-233-0119	平日（祝日・年末年始を除く） 10:00～12:00、13:00～16:00
岐阜いのちの電話	058-277-4343	インターネット相談も受付しています。 詳しくはホームページを検索してください。 年間無休毎日 19:00～22:00 月・水・金曜日 12:00～22:00 第1・第3土曜日 8:00～22:00
いのち・サポートひだ	0120-36-4670 (フリーダイヤル・無料)	土曜日 14:00～17:00
#いのち SOS	0120-061-338 (フリーダイヤル・無料) (おもい ささえる)	専門の相談員が、状況を整理し、必要な支援策 などについて、一緒に考えます。 24時間対応
よりそいホットライン	0120-279-338 (フリーダイヤル・無料) (つなぐ ささえる)	どんなひとの、どんな悩みにもよりそって、一 緒に解決する方法を探します。 (電話、FAX、チャットや SNS による相談にも対応可能) 24時間対応
いのちの電話 (日本いのちの電話連盟)	0120-783-556 (フリーダイヤル・無料)	毎日 16:00～21:00 毎月10日 8:00～翌日8:00まで
	0570-783-556(ナビダイヤル)	毎日 10:00～22:00

どこに相談したらいいのかわからない時は、支援
情報検索サイトで、地域別、方法別、悩み別に窓
口を検索することができます。

<https://shienjoho.go.jp/>

検索



精神障がいに関するご相談

精神疾患の急激な発症や精神症状の悪化等により、緊急な精神医療相談を必要とされる精神障害者及びその家族等からの相談について、毎日24時間体制で精神科医・精神保健福祉士等が応じます。

相談窓口名称	電話番号	受付時間
岐阜県精神科 救急情報センター	0575-79-3993	365日24時間対応（夜間・休日含む）

※かかりつけの医療機関がある方は、まずはかかりつけ医にご相談ください。