

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	岐阜県青少年SOSセンター				
	関連HP	県公式ホームページ			
対象者	県内にお住いの39歳までの子ども・若者の方とその保護者	対象年齢	39歳まで	匿名対応	○
相談窓口概要	<p>「子ども・若者総合相談窓口」として、県内の青少年（概ね39歳まで）を対象に、いじめ、不登校、ひきこもり、人間関係、家族関係、障がい、就労など、青少年に関わる悩みに耳を傾け、一緒に解決方法を考えたり、専門の相談窓口や支援機関を紹介。</p> <p>【相談窓口】</p> <ul style="list-style-type: none"> 岐阜県青少年SOSセンター 電話：0120-247-505 E-mail: s-soudan@govt.pref.gifu.jp <p>【相談対応者】</p> <ul style="list-style-type: none"> 専任相談員、臨床心理士及び社会福祉士 臨床心理士は、原則第4金曜日の12:00～16:00 社会福祉士は、原則第2金曜日の13:00～17:00 				
対応期間	全期間				
対応時間	365日24時間（但し、20時～翌9時までは、緊急相談に限る）				
相談先	岐阜県青少年SOSセンター				
相談方法	電話・FAX・メール・面談				
相談時注意点	臨床心理士、社会福祉士との面談は要予約				
問合せ先	・県子ども・女性政策課(058-272-8238)				

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	こころのサポート相談「ほっと♡ぎふ」				
	関連HP	県公式ホームページ			
対象者	心の健康に関する悩みや話を聞いてほしい方	対象 年齢	制限なし	匿名 対応	○
相談窓口 概要	<p>さまざまな困難を抱えて悩んでいるなどの話を聞いてほしい方に対して、心理士等によるLINEによるチャット形式の相談支援を深夜帯に実施。</p> <p>【相談窓口】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・県が設置するLINE内の相談窓口（上記、関連HPから友だち登録） 				
対応期間	令和8年3月まで（延長の可能性あり）				
対応時間	毎週日・月曜日 19:00～翌3:00（最終受付2:30）				
相談先	県が設置するLINE内の相談窓口				
相談方法	LINE				
相談時注意点	利用規約（公式LINEアカウントで確認）に同意が必要				
問合せ先	・県保健医療課（058-272-8275）				

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	各保健所				
	関連HP	県公式ホームページ			
対象者	心の健康や精神障害、ひきこもり、依存症などで悩んでいる方やそのご家族の方	対象年齢	制限なし	匿名対応	○
相談窓口概要	<p>心の健康、精神疾患、精神障害、ひきこもり、依存症などで悩んでいる方やそのご家族の方に対して、保健師や精神科医師による相談支援を実施。</p> <p>【相談窓口】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・お住まいの市町村を管轄する保健所（上記、関連HPを参照） 				
対応期間	全期間				
対応時間	平日のみ 9:00～17:00				
相談先	各保健所				
相談方法	電話・面談				
相談時注意点	面談を希望する場合は、保健所へ事前に要電話				
問合せ先	・お住まいの市町村を管轄する保健所（上記、関連HPを参照）				

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	地域自殺対策推進センター				
	関連HP	県公式ホームページ			
対象者	「死にたい」「消えてしまいたい」と悩んでいる ご本人やご家族等	対象 年齢	制限なし	匿名 対応	○
相談窓口 概要	「死にたい」「消えてしまいたい」と悩み、自傷行為を繰り返しているご本人やそのご家族等に対して、面談・電話にて相談支援を実施				
対応期間	全期間				
対応時間	平日のみ 9:00～12:00,13:00～17:00（祝日、年末年始を除く）				
相談先	県精神保健福祉センター（地域自殺対策推進センター）				
相談方法	電話・面談				
相談時注意点	面談は要予約				
問合せ先	<ul style="list-style-type: none"> 県精神保健福祉センター（地域自殺対策推進センター） (058-231-9724) 				

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	岐阜いのちの電話協会				
	関連HP	岐阜いのちの電話協会ホームページ			
対象者	心の健康に関する悩みや話を聞いてほしい方	対象年齢	制限なし	匿名対応	○
相談窓口概要	<p>さまざまな困難を抱えて悩んでいるなどの話を聞いてほしい方に対して、相談員による相談支援を実施。</p> <p>【相談窓口】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 058-277-4343（電話） ・ https://gifu-inochi.com（インターネット） 				
対応期間	全期間				
対応時間	毎日 19:00～22:00、毎月第1・3土曜日 8:00～19:00				
相談先	岐阜いのちの電話協会				
相談方法	電話・インターネット				
相談時注意点	インターネット相談は常時受け付け可（ただし、5日以内の返信）				
問合せ先	・ 岐阜いのちの電話協会（058-277-4343）				

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	いのち・サポートひだ				
	関連HP	いのち・サポートひだ			
対象者	心の健康に関する悩みや話を聞いてほしい方	対象年齢	制限なし	匿名対応	○
相談窓口概要	<p>さまざまな困難を抱えて悩んでいるなどの話を聞いてほしい方に対して、相談員による相談支援を実施。</p> <p>【相談窓口】</p> <p>・0120-36-4670（電話）</p>				
対応期間	全期間				
対応時間	毎週土曜日 14:00～17:00				
相談先	いのち・サポートひだ				
相談方法	電話				
相談時注意点	特になし				
問合せ先	・いのち・サポートひだ（0120-36-4670）				

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	(一社) よりそいネットワークぎふ				
	関連HP	(一社) よりそいネットワークぎふホームページ			
対象者	当事者(子どもも含む)及びご家族の方	対象年齢	制限なし	匿名対応	○
相談窓口概要	<p>(一社)よりそいネットワークぎふに参加する各団体等がそれぞれに「よりそいステーション」を開設。多くの団体が無償の学習支援を行うなど、子どもが育つ家庭への生活支援を中心に活動を実施。</p> <p>食糧支援を始め、生活用品、家電など生活に必要な物資の提供を行いながら、公的な支援機関等へのつなぎや連携を実施。</p>				
対応期間	全期間				
対応時間	各ステーションで随時対応				
相談先	(一社) よりそいネットワークぎふ				
相談方法	電話・メール・FAX				
相談時注意点	特になし				
問合せ先	<p>各地のよりそいステーションに直接連絡</p> <p>または、事務局 (NPO法人 仕事工房ポポロ)</p> <p>電話：058-337-0701 FAX：058-337-0728</p>				

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	NPO法人 仕事工房ポポロ				
	関連HP	NPO法人 仕事工房ポポロホームページ			
対象者	主に不登校・ひきこもりなど困難な状況にある子ども・若者とそのご家族の方	対象年齢	制限なし	匿名対応	○
相談窓口概要	<p>個別相談は、随時受付を実施（電話で事前予約が必要）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「ひきこもりの家族会」（ポポロ・西濃・中濃）の各圏域で月1回開催中 ・「不登校の親の会」（月1回） ・本人の居場所「フリースペース」 ・ハガキ・手紙での交流「風のたより」オンライン居場所(週1回) ・仕事創り、働き体験活動も展開中(がん太の焼き芋屋など) 				
対応期間	全期間				
対応時間	主に11:00～16:00（時間外対応も可能）				
相談先	NPO法人仕事工房ポポロ				
相談方法	電話・メール・対面・訪問も可				
相談時注意点	特になし				
問合せ先	<p>・NPO法人仕事工房ポポロ （電話：058-337-0701 メール：info-popolo@qc.commufa.jp）</p>				

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	NPO法人 つむぎの森				
	関連HP	NPO法人 つむぎの森ホームページ			
対象者	不登校、ひきこもり、障がいなどにより、社会参加が困難な方やそのご家族の方	対象年齢	50歳未満	匿名対応	○
相談窓口概要	<p>ご本人やご家族から状況をお聞きし、各ご家庭の状況にあわせた相談支援を行い、個別支援から、スモールステップで社会参加に向かうために必要な支援と一緒に考えて活動（個別支援～居場所支援～就労支援）を実施。</p> <p>【相談内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 家族相談 電話予約に面談 ・ 訪問相談 事前に本人の了解をいただき、訪問相談を実施 ・ 電話相談 状況にあわせて電話支援を実施 ・ 対面相談 電話予約にてご本人への相談支援を実施 				
対応期間	全期間				
対応時間	9:00~21:00				
相談先	NPO法人 つむぎの森				
相談方法	電話・メール				
相談時注意点	特になし				
問合せ先	・ NPO法人つむぎの森 (090-1723-3002)				

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	生活困窮者自立相談支援窓口				
	関連HP	県公式ホームページ			
対象者	生活困窮等により悩んでいる方	対象 年齢	制限なし	匿名 対応	○
相談窓口 概要	<p>生活の困りごとや悩みを抱えている方に対し、専門の支援員による相談支援を実施。具体的には、「失業して家賃が支払えない」、「仕事が見つからない」、「家計が苦しい」、「相談相手がいない」などでお悩みの方に対して、支援員が支援プランを作成し、家計の立て直しや就労に向けた支援を実施。</p> <p>【相談窓口】（上記、関連HPを参照）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・市にお住まいの方は、各市が設置する窓口 ・町村にお住まいの方は、岐阜県社会福祉協議会が設置する窓口（福祉・農業会館や一部総合庁舎内に設置） 				
対応期間	全期間				
対応時間	平日のみ 8:30～17:15				
相談先	各市が設置する窓口・岐阜県社会福祉協議会が設置する窓口				
相談方法	電話・メール				
相談時注意点	特になし				
問合せ先	<ul style="list-style-type: none"> ・市にお住まいの方は、各市が設置する窓口（上記、関連HPを参照） ・町村にお住まいの方は、岐阜県社会福祉協議会が設置する窓口（上記、関連HPを参照） 				

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	発達障害者支援センター				
	関連HP	県公式ホームページ			
対象者	生きづらさを感じている方、発達障がいのある方	対象年齢	制限なし	匿名対応	○
相談窓口概要	<p>発達障がいに関する各般の問題に対して、発達障がいのある方やその家族及び関係機関の方々に対し相談支援を実施。</p> <p>発達障がいの診断を受けてはいないが、生きづらさを感じている方の相談支援も実施。</p>				
対応期間	全期間				
対応時間	平日のみ 8:30～17:15				
相談先	発達障害者支援センター				
相談方法	電話・対面				
相談時注意点	対面による相談は、電話での事前予約が必要				
問合せ先	発達障害者支援センター 相談ダイヤル：058-233-5106（受付時間：9:00～16:00）				

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	圏域発達障がい支援センター				
	関連HP	県公式ホームページ			
対象者	生きづらさを感じている方、発達障がいのある方	対象 年齢	制限なし	匿名 対応	○
相談窓口 概要	<p>発達障がいに関する各般の問題に対して、発達障がいのある方やその家族及び関係機関の方々に対し相談支援を実施。</p> <p>発達障がいの診断を受けてはいないが、生きづらさを感じている方の相談支援も実施。</p> <p>【相談窓口】（上記関連HPを参照）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・各圏域発達障がい支援センター 				
対応期間	全期間				
対応時間	各圏域発達障がい支援センターによる				
相談先	各圏域発達障がい支援センター				
相談方法	電話・対面				
相談時注意点	対面による相談は、電話での事前の予約が必要				
問合せ先	・各圏域発達障がい支援センター（上記関連HPを参照）				

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	発達障がい者支援コンシェルジュ				
	関連HP	県公式ホームページ			
対象者	成人期の発達障がいのある方	対象年齢	概ね16歳以上	匿名対応	○
相談窓口概要	<p>成人期の発達障がいのある方やそのご家族等に対し、就労に重点を置いた相談支援を実施。具体的には、就労したい方への相談支援や就労されている方でも職場内での困りごとなどについて相談支援。</p> <p>【相談窓口】（上記関連HPを参照）</p> <ul style="list-style-type: none"> 各発達障がい者支援コンシェルジュ 				
対応期間	全期間				
対応時間	各発達障がい者支援コンシェルジュによる				
相談先	各発達障がい者支援コンシェルジュ				
相談方法	電話・対面				
相談時注意点	対面による相談は、電話での事前の予約が必要				
問合せ先	各発達障がい支援コンシェルジュ（上記関連HPを参照）				

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	男女共同参画・女性の活躍支援センター（一般電話相談）				
	関連HP	県公式ホームページ			
対象者	男女の生き方などに悩んでいる方	対象年齢	制限なし	匿名対応	○
相談窓口概要	<p>男女がともに自分らしく生きられるよう、様々な悩みについて相談員がお話を伺います。</p> <p>【相談窓口】</p> <p><相談用電話番号> 058-278-0858</p> <p>月～木曜日、第1・3土曜日 9:00～17:00</p> <p>（※祝日、年末年始は除く）</p>				
対応期間	全期間				
対応時間	月～木曜日、第1・3土曜日 9:00～17:00（※祝日、年末年始は除く）				
相談先	上記相談窓口				
相談方法	電話				
相談時注意点	<ul style="list-style-type: none"> ・原則として県内に在住もしくは在勤の方が対象です。 ・相談は無料です。ただし、通話料がかかります。 				
問合せ先	・男女共同参画・女性の活躍支援センター（058-214-6431）				

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	男女共同参画・女性の活躍支援センター（男性専門電話相談）				
	関連HP	県公式ホームページ			
対象者	生き方などに悩んでいる男性の方	対象 年齢	制限なし	匿名 対応	○
相談窓口 概要	<p>生き方、夫婦の問題、仕事や介護など男性が抱える様々な悩みについて、男性相談員がお話を伺います。</p> <p>【相談窓口】 <相談用電話番号> 058-278-0858 月2回（第2・4金曜日） 17:00～20:00</p>				
対応期間	全期間				
対応時間	月2回（第2・4金曜日） 17:00～20:00				
相談先	上記相談窓口				
相談方法	電話				
相談時注意点	<ul style="list-style-type: none"> ・原則として県内に在住もしくはは在勤の方が対象です。 ・相談は無料です。ただし、通話料がかかります。 				
問合せ先	・男女共同参画・女性の活躍支援センター（058-214-6431）				

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	男女共同参画・女性の活躍支援センター（LGBT専門電話相談）				
	関連HP	県公式ホームページ			
対象者	性自認、性的指向などに関する様々な悩みを抱えるご本人及び周りの方	対象年齢	制限なし	匿名対応	○
相談窓口概要	<p>性自認、性的指向などに関する様々な悩みについて、専門相談員がお話を伺います。</p> <p>【相談窓口】</p> <p><相談用電話番号>058-278-0858</p> <p>月1回（第3金曜日） 17:00～20:00</p>				
対応期間	全期間				
対応時間	月1回（第3金曜日） 17:00～20:00				
相談先	上記相談窓口				
相談方法	電話				
相談時注意点	<ul style="list-style-type: none"> ・原則として県内に在住もしくはは在勤の方が対象です。 ・相談は無料です。ただし、通話料がかかります。 				
問合せ先	・男女共同参画・女性の活躍支援センター（058-214-6431）				

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	男女共同参画・女性の活躍支援センター（こころの相談）				
	関連HP	県公式ホームページ			
対象者	離婚、暴力、家族関係などに悩んでいる女性の方	対象 年齢	制限なし	匿名 対応	×
相談窓口 概要	<p>離婚、暴力、家族関係を中心とする男女間の悩みをはじめ、女性の抱える様々な悩みについて、専門家（女性臨床心理士）がお話を伺います。</p> <p>【相談窓口】※女性限定 男女共同参画・女性の活躍支援センター 月2回（第1・3木曜日） 13:00～16:00 事前予約制（予約はお電話にて受け付け） <予約電話番号> 058-278-0858 <予約受付時間> 月～木曜日、第1・3土曜日 9:00～17:00</p>				
対応期間	全期間				
対応時間	月2回（第1・3木曜日） 13:00～16:00				
相談先	男女共同参画・女性の活躍支援センター				
相談方法	面接				
相談時注意点	<ul style="list-style-type: none"> ・電話による事前予約が必要。 ・原則として県内に在住もしくはは在勤の方が対象です。 				
問合せ先	・男女共同参画・女性の活躍支援センター（058-214-6431）				

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	男女共同参画・女性の活躍支援センター（就労・子育て相談）				
	関連HP	ぎふジョ！女性の活躍を応援するポータルサイトHP			
対象者	再就職、継続就業、子育てや介護との両立などに悩んでいる女性の方	対象年齢	制限なし	匿名対応	×
相談窓口概要	<p>再就職、育休復帰を含む継続就業、子育てや介護との両立など、女性がライフイベントで直面する課題について、キャリアカウンセラー、子育て支援相談員が面接相談を行います。</p> <p>【相談窓口】 男女共同参画・女性の活躍支援センター 月～金曜日 9:00～17:00 ※祝日、年末年始及びOKBふれあい会館休館日は除く 事前予約制（予約はお電話にて受け付け） <予約電話番号> 058-214-6431 <予約受付時間> 月～土曜日 9:00～17:00</p>				
対応期間	全期間				
対応時間	月～金曜日 9:00～17:00				
相談先	男女共同参画・女性の活躍支援センター				
相談方法	面接・オンライン				
相談時注意点	<ul style="list-style-type: none"> ・電話による事前予約が必要。 ・原則として県内に在住もしくはは在勤の方が対象です。 				
問合せ先	・男女共同参画・女性の活躍支援センター（058-214-6431）				

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	男女共同参画・女性の活躍支援センター（法律相談）				
	関連HP	県公式ホームページ			
対象者	離婚、暴力、家族関係などに悩んでいる方	対象 年齢	制限なし	匿名 対応	×
相談窓口 概要	<p>離婚、暴力、家族関係など、法律に関するご本人のお悩みについて、専門家（女性弁護士）がお話を伺います。</p> <p>【相談窓口】 男女共同参画・女性の活躍支援センター 月2回（第2・4水曜日） 13:00～16:00 事前予約制（予約はお電話にて受け付け） <予約電話番号> 058-278-0858 <予約受付時間> 月～木曜日、第1・3土曜日 9:00～17:00</p>				
対応期間	全期間				
対応時間	月2回（第2・4水曜日） 13:00～16:00				
相談先	男女共同参画・女性の活躍支援センター				
相談方法	面接				
相談時注意点	<ul style="list-style-type: none"> ・電話による事前予約が必要。 ・原則として県内に在住もしくはは在勤の方が対象です。 				
問合せ先	<ul style="list-style-type: none"> ・男女共同参画・女性の活躍支援センター（058-214-6431） 				

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	子供SOS24電話相談窓口				
	関連HP	県公式ホームページ			
対象者	県内の小学校、中学校、義務教育学校、高等学校、特別支援学校の児童生徒及び保護者の方	対象年齢	制限なし	匿名対応	○
相談窓口概要	いじめなどの悩みを抱える児童生徒や保護者の方の気持ちを受け止め、悩み等の解決を図るため、電話相談に夜間・休日・祝日も含め24時間体制の相談支援を実施。				
対応期間	全期間				
対応時間	365日24時間				
相談先	子供SOS24電話相談窓口				
相談方法	電話				
相談時注意点	特になし				
問合せ先	・ 県教育委員会 学校安全課教育相談係 (058-271-3328)				

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	教育相談ほほえみダイヤル電話相談窓口				
	関連HP	県公式ホームページ			
対象者	県内の小学校、中学校、義務教育学校、高等学校、特別支援学校の児童生徒及び保護者の方	対象年齢	制限なし	匿名対応	○
相談窓口概要	いじめなどの悩みを抱える児童生徒や保護者の方の気持ちを受け止め、悩み等の解決を図るため、各教育事務所において相談支援を実施。				
対応期間	全期間				
対応時間	平日のみ 9:30～16:15				
相談先	各教育事務所が設置する相談窓口				
相談方法	電話				
相談時注意点	フリーダイヤルについては、携帯電話相談不可。携帯電話からは、各地区相談窓口へ				
問合せ先	・ 県教育委員会 学校安全課教育相談係 (058-271-3328)				

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	中高生SNS相談@岐阜				
	関連HP	県公式ホームページ			
対象者	県内の中学校、義務教育学校、高等学校、特別支援学校の生徒	対象年齢	中高生	匿名対応	○
相談窓口概要	県内の中学生・高校生段階の生徒を対象に、LINEを活用した相談支援を実施。				
対応期間	5月5日～14日、8月21日～9月3日、1月5日～14日、3月22日～3月31日				
対応時間	17:00～22:00				
相談先	県が設置するLINE相談窓口				
相談方法	LINE				
相談時注意点	受付は、21時30分まで				
問合せ先	・県教育委員会 学校安全課教育相談係 (058-271-3328)				

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	あなたはひとりじゃない（支援窓口案内サイト）				
	関連HP	内閣府（孤独・孤立対策推進室）			
対象者	誰にも頼れず、ひとりで悩みごとをかかえている方	対象年齢	制限なし	匿名対応	○
相談窓口概要	<p>誰にも頼れず、ひとりで悩みごとを抱えている方向けに、チャットボット形式で、約150の国の制度や相談窓口の中から利用者の悩みに応じたものを案内</p> <p>悩みの分類としては、以下の12種類 （食事・住まい・家事、生活や医療に係る費用、仕事・職場、妊娠・出産、子育て、一緒に暮らしている人との関係、介護、犯罪被害、消費者被害、病気・依存症／社会復帰、交通事故・災害、新型コロナウイルス、悩みを話せる場所がない）</p>				
対応期間	全期間				
対応時間	365日24時間				
相談先	サイト（チャットボット）				
相談方法	サイト（チャットボット）				
相談時注意点	特になし				
問合せ先	・内閣府 孤独・孤立対策推進室（03-5253-2111（代表））				

相談窓口

①生きづらさを感じている、心が疲れている

相談窓口名	18歳以下のみなさんへ（支援窓口案内サイト）				
	関連HP	内閣府（孤独・孤立対策推進室）			
対象者	人には言えない悩みごとをひとりでかかえて苦しんでいる方	対象年齢	18歳以下	匿名対応	○
相談窓口概要	18歳以下の方を対象に、学年（年齢）や悩みの種類（学校、家族、友人、自分等）、具体的な悩み（勉強のこと、将来への希望、友人関係等）、希望する相談方法から自身に該当する項目を選択することで、適切な支援窓口を紹介。				
対応期間	全期間				
対応時間	365日24時間				
相談先	サイト（チャットボット）				
相談方法	サイト（チャットボット）				
相談時注意点	特になし				
問合せ先	・内閣府 孤独・孤立対策推進室（03-5253-2111（代表））				