

令和8年度

# こころの相談

不安・悩み・ストレスなどを抱えている方またはその家族のご相談に対応しています。「近くにひきこもりの方がいるが、関わり方が分からない」「精神疾患をお持ちの方への接し方が分からない」などの悩みを抱えている方の相談にも応じていますので、お気軽にご利用ください。

対象

不安や悩み・ストレスなどを抱えている方、その家族、民生委員、隣人の方など

時間

13:00～16:00 (※予約制)

料金

無料

担当

精神保健福祉士

場所

大子町保健センター（大子町大字大子1846）

日程

※月1回 月曜日

5・8・11・2月は、メンタルサポートステーション  
きらりの精神保健福祉士が担当します。

4/27	5/25	6/15
7/27	8/24	9/28
10/26	11/30	12/21
1/25	2/22	3/15

申込み  
お問合せ

大子町役場 健康こども政策課 健康増進担当  
(大子町保健センター内)

電話：0295-72-6611

悩みはひとりで抱えずに、ご相談ください

## 主な相談窓口

相談内容	相談窓口の名称（役場担当課等）	連絡先
不安や悩み等ころころに 関すること	ころころの相談 （健康こども政策課）	0295-72-6611
	福祉課	0295-72-1117
	メンタルサポートステーション きらり	0295-72-5933
成人・高齢者の健康相談、 乳幼児の健康・育児相談	健康相談・育児相談 （健康こども政策課）	0295-72-6611
高齢者の総合相談	地域包括支援センター	0295-72-1175
障がいに関する相談	福祉課	0295-72-1117
生活保護に関する相談	福祉課	0295-72-1117
消費者問題	大子町消費生活センター （生活環境課）	0295-72-1124
児童生徒の教育等に関する相談	大子町教育支援センター （教育委員会事務局 学校教育担当）	0295-76-8886
日常生活の困りごと、 悩みごとの相談	社会福祉協議会 （大子町文化福祉会館まいん内）	0295-72-2005
人権に関する相談	人権相談（福祉課）	0295-72-1117
行政に対する意見、要望、苦情等	行政相談（総務課）	0295-72-1113
ころころの健康や 精神面の病気に関すること	精神保健相談（ひたちなか保健所）	029-265-5515
	精神保健相談（ひたちなか保健所常陸大宮支所）	0295-52-1157
ひきこもりに関すること	ひきこもり専門相談（ひたちなか保健所）	029-265-5515
	ひきこもり専門相談（ひたちなか保健所常陸大宮支所）	0295-52-1157

## 町外の主な電話相談窓口

相談内容	相談窓口	連絡先・時間	
不安や悩み等 ころころに関すること	いばらきころころの ホットライン	029-244-0556	平日（祝日・年末年始休） 午前9時～12時 午後1時～4時
		0120-236-556	土・日曜日（年末年始休） 午前9時～12時 午後1時～4時
	茨城いのちの電話	029-855-1000	つくば・24時間
		029-350-1000	水戸・24時間
		0120-783-556	毎月10日はフリーダイヤル 午前8時から翌日午前8時まで 24時間無料です。

\* 詳しい相談日程などは、各機関にお問い合わせください。



**秘密は守られます。**

**一人で悩まず、まずは相談を！**