



# 福岡県内の相談窓口のご案内



## 自殺予防 (生きるのがつらい、家族や友人が心配)

■ **ふくおか自殺予防ホットライン** 092-592-0783  
(24時間365日対応)

■ **きもち よりそうライン@ふくおかけん**  
(月・木/16:00~19:00)



LINE ID : @469xxbam

■ **福岡いのちの電話** 092-741-4343  
(24時間365日対応)

■ **北九州いのちの電話** 093-653-4343  
(24時間365日対応)  
いのちの電話は、毎月10日8:00~翌11日8:00 **フリーダイヤル 0120-783-556**

■ **いのちの電話/インターネット相談** <https://netsoudan.inochinodenwa.org>  
※利用者登録が必要です。

■ **北九州市自殺予防こころの相談電話** 093-522-0874  
(月~金/9:00~17:00)

■ **福岡市自殺に関する相談** 092-737-1275  
(月~金/10:00~16:00)

■ **自死問題支援者法律相談(福岡県弁護士会)** 092-741-3210  
(月~金/9:00~16:00 (土日祝日除く))  
※ご家族等の支援者の方に対し、法律相談に無料応じます。

## 心のなやみでつらい、気持ちを整理したい

■ **心の健康相談電話 (専門の相談員による相談)** 092-582-7400  
(月~金/9:00~16:00)

■ **心の電話 (専門の相談員による相談)**

- **福岡** 092-821-8785 (火・水・金/13:00~17:00、益休)
- **北九州** 093-653-4343 (24時間365日対応)
- **筑豊** 0948-29-2500 (月~金/18:00~21:00、益休)
- **筑後** 0942-36-1313 (月・水・金/13:00~16:00、益休)

■ **心の相談電話 (精神障がいのある家族をもつ相談員による相談)**

(月~金/13:00~16:00、益休)  
※曜日によって番号が変わります

月 090-1366-7498  
火 080-3986-1980  
水 080-1729-1950  
木 080-1729-1955  
金 080-1729-1950

(月~金/0:00~8:00、17:00~24:00)  
(土日祝日/8:00~16:00)  
(土日祝日/17:00~翌8:00)

■ **チャイルドライン** 0120-99-7777  
(毎日12/29~1/3を除く/16:00~21:00)  
※18歳までの相談窓口。誰か話したいとき電話です。  
名前を言わなくてもいいです。  
※チャット・「ネットでんわ」アプリでもつながれます  
<https://childline.or.jp>



## 自死遺族

■ **福岡県精神保健福祉センター** 092-582-7500  
(月~金/8:30~17:15)

■ **福岡市精神保健福祉センター** 092-737-1275  
(月~金/10:00~16:00)「リメンバ-福岡自死遺族の集い」の問い合わせ含む

■ **北九州市立精神保健福祉センター** 093-522-8729  
(月~金/9:00~16:00) 個別相談

■ **久留米市「わかち合いの会」** 0942-30-9728  
(月~金/8:30~17:15) 問い合わせ先: 久留米市保健所

■ **自死遺族法律相談 (福岡県弁護士会)** 092-738-0073  
(第1水曜日/13:00~16:00)

## うつ病など、心の病に関する悩み、アルコール・薬物・ギャンブルなどの依存症、ひきこもり・不登校など青少年の心の悩み

■ **福岡県**  
○ **福岡県精神保健福祉センター** 092-582-7500  
(月~金/8:30~17:15)

○ **各保健福祉(環境)事務所** 092-513-5585  
(いずれも月~金/8:30~17:15)  
筑紫 092-939-1185  
粕屋 092-322-3326  
糸島 0940-36-2473  
宗像・遠賀 0948-21-4875  
嘉穂・鞍手 0947-42-9307  
田川 0946-22-3965  
北筑後 0944-72-2176  
南筑後 0930-23-2966  
京築

○ **福岡県若者自立相談窓口** 092-710-0544  
(月~土/10:00~19:00)

■ **福岡市**

○ **福岡市精神保健福祉センター** 092-737-8829  
【アルコール・薬物・ギャンブル等依存症】 火、木、第1・3水曜日/10:00~13:00  
【ひきこもり】  
【発達障がい】 【性的マイノリティの方のメンタル問題】 第1・3水曜日/10:00~13:00

○ **各区保健福祉センター健康課健康づくり係**  
(いずれも月~金/9:00~17:00)  
東区 092-645-1079  
博多区 092-419-1092  
中央区 092-761-7339  
南区 092-559-5118  
城南区 092-831-4209  
早良区 092-851-6015  
西区 092-895-7074

■ **久留米市** 0942-30-9728

○ **久留米市保健所(保健予防課精神保健チーム)** 0942-30-9728  
(月~金/8:30~17:15)

■ **北九州市** 093-522-8729

○ **北九州市立精神保健福祉センター** 093-522-8729  
薬物・ギャンブル等依存症 (第1・3水曜日/13:30~16:30)

○ **各区高齢者・障害者相談コーナー (アルコール)**  
(いずれも月~金/8:30~17:00、木のみ19:00まで)  
門司区 093-321-4800  
小倉北区 093-582-3430  
小倉南区 093-951-4126  
若松区 093-751-4800  
八幡東区 093-671-4800  
八幡西区 093-642-1445  
戸畑区 093-881-4800

## 犯罪・人権・性暴力

■ **心のリリーフ・ライン (犯罪被害者の心のケア)福岡県警** 092-632-7830  
(月~金/9:00~17:45)

■ **福岡犯罪被害者総合サポートセンター** 092-409-1356  
(いずれも月~金/9:00~16:00)  
<福岡窓口> 092-409-1356  
<北九州窓口> 093-582-2796  
<筑後窓口> 0942-39-4416  
<筑豊窓口> 0948-28-5759

■ **被害者ホットライン (福岡地方検察庁)** 092-734-9080  
(福岡地方検察庁小倉支部) 093-592-9441  
(FAXも可・番号同じ)(月~金/9:00~12:00、13:00~17:00)

■ **法テラス犯罪被害者支援ダイヤル** 0120-097974  
(法テラス(日本司法支援センター))  
(月~金/9:00~21:00、土/9:00~17:00)

■ **福岡県警察安全相談コーナー** 短縮ダイヤル#9110  
(月~金/9:00~17:45(祝休日、年末年始を除く)) 092-641-9110

■ **福岡法務局** 0570-003-110

○ **みんなの人権110番**  
(月~金/8:30~17:15) ※お近くの法務局につながります。

○ **子どもの人権110番** 0120-007-110  
(月~金/8:30~17:15)

■ **性暴力被害者支援センター・ふくおか** 092-409-8100  
(24時間365日対応)

■ **性犯罪被害相談電話「ハートさん」** 短縮ダイヤル#8891  
(24時間365日対応) 短縮ダイヤル#8103

■ **福岡県消費生活センター** 092-632-0999  
(月~金/9:00~16:30、土/10:00~16:00)  
※日曜日は電話相談のみ

■ **北九州市立消費生活センター** 093-861-0999  
(月~土/9:00~16:45、第3土曜日は13:00まで)

■ **福岡市消費生活センター** 092-781-0999  
(月~金/9:00~17:00、土/10:00~16:00)  
※土曜日は電話相談のみ。来所相談は要予約。

■ **久留米市消費生活センター** 0942-30-7700  
(月~金・第2日曜日/8:30~17:00、月末日休み) ※9:30までは電話相談のみ

■ **法テラス (日本司法支援センター)** 0570-078374

○ **法テラス・サポートダイヤル**  
(月~金/9:00~21:00、土/9:00~17:00)

○ **法テラス福岡** 0570-078359  
○ **法テラス北九州** 0570-078360  
(いずれも月~金/9:00~17:00)

○ **法テラス福岡** 0570-078359  
○ **法テラス北九州** 0570-078360  
(いずれも月~金/9:00~17:00) 【事前予約受付時間】

■ **福岡県弁護士会法律相談センター (多重債務相談無料)**

○ **天神法律相談センター** 久留米法律相談センター  
○ **北九州法律相談センター** 飯塚法律相談センター

等15箇所の法律相談センターにて、多重債務相談を無料で受け付けております。  
予約番号は-0570-783-552 (ナヤマココニ)

■ **福岡財務支局 (多重債務相談窓口)** 092-411-7291  
(月~金/9:00~17:00、祝休日、年末年始を除く)  
※無料・当局からの折電可

■ **日本クレジットカウンセリング協会福岡相談室 (相談・カウンセリング無料)** 0570-031640  
(月~金/10:00~12:40、14:00~16:40)

■ **グリーンコブ生活再生相談室 (相談・貸付)** 092-482-7788  
(月~金、土/9:30~17:30) 福岡 093-871-8824  
北九州 0942-36-8877  
久留米 0948-22-5611  
筑豊

■ **福岡県司法書士会 (ベッドサイド法律相談窓口)** 092-762-8288  
(月~金/10:00~16:00)

## 労働上の問題 (解雇、労働条件、いじめ、セクハラ等)

■ **福岡県労働者支援事務所** 福岡 092-735-6149  
北九州 093-967-3945  
筑後 0942-30-1034  
筑豊 0948-22-1149

■ **福岡労働局総合労働相談コーナー** 福岡労働局 092-411-4764  
福岡中央 092-761-5600  
福岡東 092-687-5342  
北九州西 093-285-3799  
北九州東 093-288-5608  
門司 093-381-5361  
行橋 0930-23-0454  
久留米 0942-90-0231  
大牟田 0944-68-7900  
八女 0943-23-2121  
飯塚 0948-22-3200  
直方 0949-22-0544  
田川 0947-42-0380

## 就労の悩み相談 (50歳未満を対象)

■ **若者サポートステーション** 福岡 092-739-3405  
北九州 093-512-1871  
筑後 0942-30-0087  
筑豊 0948-21-6830

## DV (配偶者・恋人からの暴力)

■ **福岡県女性サポートホットライン** 070-4442-3893  
(毎日9:00~17:00、年末年始を除く) ※面談は要予約

■ **福岡県あすばる相談ホットライン** 092-584-1266  
(火~日、月(祝日のみ)9:00~16:30、金(祝日除く)は18:00~20:30まで、  
8月13日~15日、年末年始を除く)  
※祝日以外の月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)はお休みです。

■ **福岡県配偶者暴力相談支援センター** 092-584-0052  
(いずれも月~金/8:30~17:15)  
筑紫 092-939-0511  
粕屋 092-323-0061  
糸島 093-201-2820  
宗像・遠賀 0940-37-2880  
嘉穂・鞍手 0949-22-4070  
0948-29-0071  
田川 0947-42-4850  
北筑後 0942-34-8111  
南筑後 0943-23-7520  
京築 0944-73-3200  
0930-23-2460

○ **配偶者からの暴力相談電話 (夜間・休日)** 092-663-8724  
(月~金/17:00~24:00、第3水曜日/18:00~24:00)

○ **男性DV被害者のための相談ホットライン** 070-4410-8502  
(火、木/18:00~21:00、土/10:00~13:00)

○ **LGBTQの方のDV被害者相談ホットライン** 080-2701-5461  
(第1日曜日/14:00~17:00、第3水曜日/13:00~21:00)

■ **北九州市配偶者暴力相談支援センター** 093-591-1126  
(火~金/9:30~20:00、土・日/9:30~17:00)

■ **福岡市配偶者暴力相談支援センター** 092-711-7030  
(月・水・木・金/10:00~17:00、火/10:00~20:00)



\*相談は特設の記載がない限り、祝日・年末年始は休み(24時間相談は除く)  
※上記内容は、令和7年10月1日の情報です。相談内容や日時などは変更となる場合がございます。詳しくは各相談機関にお問い合わせください。