

相談窓口一覧 ～1人で悩むより、まず相談を～（心と身体の健康・病気等に関する相談）



もしあなたが悩みを抱えていたら、ぜひ相談してください。

大切な人が悩みを抱えていることに気づいたら、声をかけてみてください。

そして、その人が悩みを話してくれたら、話をそらしたり、「そんなことで」と否定したり、

安易に励ましたりせず、じっくりと話を聴いて、相談窓口を紹介してあげてください。

その後も、「何かあったらまた話して」と寄り添い、温かく見守ってあげてください。



岩手県保健福祉部障がい保健福祉課作成(令和5年6月1日現在)

※受付時間等については、祝日・年末年始を除く場合があります。

相談内容	相談窓口	電話番号等	受付時間等
心と身体の健康について	県央保健所	019-629-6574	月～金 9:00～16:30 (盛岡市保健所:9:00～16:00)
	中部保健所	0198-22-2331	
	奥州保健所	0197-22-2831	
	一関保健所	0191-26-1415	
	大船渡保健所	0192-27-9922	
	釜石保健所	0193-25-2710	
	宮古保健所	0193-64-2218	
	久慈保健所	0194-66-9680	
	二戸保健所	0195-23-9206	
	盛岡市保健所	019-603-8309	
心の健康、うつ病やアルコール問題について	こころの相談電話	019-622-6955	月～金 9:00～18:00 (祝祭日・年末年始を除く)
	こころの健康相談統一ダイヤル	0570-064-556	月～金 9:00～18:00、18:30～22:30 (受付22:00まで) (祝祭日・年末年始を除く)
精神科救急受診	岩手県精神科救急情報センター	019-624-6791	24時間受付
医療について	県民医療相談センター	019-629-9620	月～金 9:00～12:00、13:00～16:00
薬について	くすりの情報センター	019-653-4591	月～金 9:00～12:00、13:00～17:00
難病について	岩手県難病相談支援センター	019-614-0711 メール iwanan@io.ocn.ne.jp	月～火・木～土 10:00～16:00
小児慢性特定疾病について	岩手県小児慢性特定疾病児童等自立支援センター	019-637-7878 メール iwanan.shoman@dune.ocn.ne.jp	月～金 10:00～16:00
認知症について	いわて認知症電話相談	0120-300-340	月～金 9:00～17:00
	岩手県基幹型認知症疾患医療センター	019-652-7411	月～金 10:00～16:00(祝日を除く)