

臨時休業期間中 相談窓口

1 感染拡大・その影響で、心の不安・不調

厚生労働省／新型コロナウイルス「SNSによる心の相談」

<https://lifelinksns.net/>

平日 18:00～21:30 土・日・祝日 14:00～21:30

2 その他

なんとなく心や体が不調なとき

徳島県精神保健福祉センター

☎ 088-602-8911

徳島県東部保健福祉局（徳島保健所）

☎ 088-602-8905

徳島県東部保健福祉局（吉野川保健所）

☎ 0883-36-9018

徳島県南部総合県民局（阿南保健所）

☎ 0884-28-9878

徳島県南部総合県民局（美波保健所）

☎ 0884-74-7374

徳島県西部総合県民局（美馬保健所）

☎ 0883-52-1018

徳島県西部総合県民局（三好保健所）

☎ 0883-72-1123

心の悩み相談

いのちの希望（旧徳島いのちの電話）

☎ 088-623-0444

24時間子供SOSダイヤル

☎ 0120-0-78310

チャイルドライン

☎ 0120-99-7777

よりそいホットライン

☎ 0120-279-338

電子メールによる相談

いのちの希望（旧徳島いのちの電話）

<https://www.inochinokibou.or.jp/>

※ホームページで相談フォームに入力

NPO 法人アプローチ会

<http://www.afis.jp/>

※ホームページで相談フォームに入力

暴力や嫌がらせ、恋人の悩みのとき

女性の悩み110番

☎ 088-623-8110（中央）

☎ 0884-24-7110（南部）

☎ 0883-56-2110（西部）

徳島県子ども女性相談センター

☎ 088-652-5503（中央）

☎ 0884-24-7115（南部）

☎ 0883-56-2109（西部）

性暴力被害者支援センター

よりそいの樹とくしま

☎ 088-623-5111（中央）

☎ 0884-23-5111（南部）

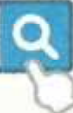
☎ 0883-52-5111（西部）

SNS 等による相談

民間団体(厚生労働省補助事業で採択を受けた団体)

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakuni tsuite/bunya/0000199724.html>

厚生労働省 SNS相談



その他の問題でお悩みのとき

「ひとりで悩まないでSOSダイヤル」リーフレット
（県内の各種相談窓口一覧）掲載ページ

<https://www.pref.tokushima.lg.jp/ippan nokata/kenko/kenko/5012744>



☆ 不安やストレスは、SNSへの不適切な書き込みなどで発散することなく、専門機関に相談しましょう！