

相談窓口一覧

令和2年5月1日現在

相談内容	相談窓口名称	電話番号	相談日・相談時間帯等
心の悩み 生きるのがつ らい	茨城いのちの電話	029-350-1000(水戸)	毎日24時間
		029-855-1000 (つくば)	毎日24時間
		0120-783-556	毎月10日 8:00～翌日8:00
	いばらきこころのホットラ イン	029-244-0556	月～金 9:00～12:00, 13:00～16:00 祝日, 年末年始休
		0120-236-556 (相談専用ダイヤル)	土・日 9:00～12:00, 13:00～16:00 祝日, 年末年始休
	水戸市保健所 (精神保健相談窓口)	029-243-7315	月～金 9:00～12:00, 13:00～16:00 祝日, 年末年始休
	いはらき思春期保健協会 (面接相談)	029-305-7563	月～木 9:30～16:00, 土 13:00～16:00 祝日休, 要予約有料
	いはらき思春期保健協会 (電話相談ヤングコール)	029-305-7563	土 13:00～17:00
	茨城県ひきこもり相談支援 センター	0296-48-6631	火～土 9:00～18:00 祝日, 年末年始休 面接は要予約
	茨城県中央保健所	029-241-0571	月～金 8:30～17:15 祝日, 年末年始休 面接は要予約
茨城県精神保健福祉セン ター	029-243-2870	月～金 8:30～17:15 祝日, 年末年始休 面接は要予約	
契約トラブル や借金の返済 等	水戸市消費生活センター	029-226-4194	月～土 9:00～17:00 祝日, 年末年始休
	消費者ホットライン (消費 生活相談窓口案内)	188 (全国共通ダイヤル)	年末年始休 (地域の相談窓口につながるため受付時 間は相談窓口により異なる)
経済・多重債 務問題, 法律 的な問題	茨城県弁護士会 (水戸相談センター)	029-227-1133	*面接相談のみ (要予約有料) 相談予約受付 月～金 13:00～16:00 相談日 火・水・金 13:00～16:00
	茨城司法書士会総合相談セ ンター	029-212-4500 029-212-4515 029-306-6004	火 16:00～18:00 (電話相談) 面接は要予約 (029-224-5155)
	関東財務局水戸財務事務所 多重債務相談窓口	029-221-3190	月～金 8:30～12:00, 13:00～16:30 祝日休
	法テラス・サポートダイヤ ル (法制度紹介・相談窓口 案内)	0570-078374	月～金 9:00～21:00, 土 9:00～17:00 祝日, 年末年始休
	日本司法支援センター (法 テラス) 茨城地方事務所	050-3383-5390	月～金 9:00～17:00 祝日, 年末年始休
仕事・職場な ど	(公財) 茨城カウンセリング センター	029-225-8580	*面接相談のみ (要予約有料) 月～金 10:00～18:00, 土 10:00～17:00 祝日休
	茨城産業保健総合支援セン ター「働く人のこころの健 康相談室」	029-300-1221	予約受付は月～金 9:00～17:15 面接は要予約 (金13:00～16:00) 祝日, 年末年始休
	産業カウンセラーによる 「こころの電話相談室」	04-7163-7830	月・金 13:00～17:00 祝日, 年末年始休
	いばらき労働相談センター	029-233-1560	月～金 9:00～19:00 第2・4土 9:00～15:00 祝日, 年末年始休