



一人で抱えていませんか？

その悩み、聞かせてください

心の相談窓口

高齢者のくらし・法律・権利擁護・
介護などの相談

秋田県高齢者総合相談・生活支援センター

☎018-824-4165

もしくは、お住まいの市町村の「地域包括支援センター」へ

ストレス・うつなどのこころの相談

こころの電話相談

☎018-831-3939

心や身体に関すること（うつ病・アルコール依存症・健康上の悩みなど）

県内の保健所

秋田市保健所 ☎018-883-1180

大館保健所 ☎0186-52-3955

北秋田保健所 ☎0186-62-1165

能代保健所 ☎0185-55-8023

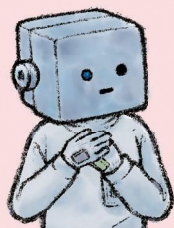
秋田中央保健所 ☎018-855-5171

由利本荘保健所 ☎0184-22-4120

大仙保健所 ☎0187-63-3403

横手保健所 ☎0182-32-4005

湯沢保健所 ☎0183-73-6155



ひとりじゃない！



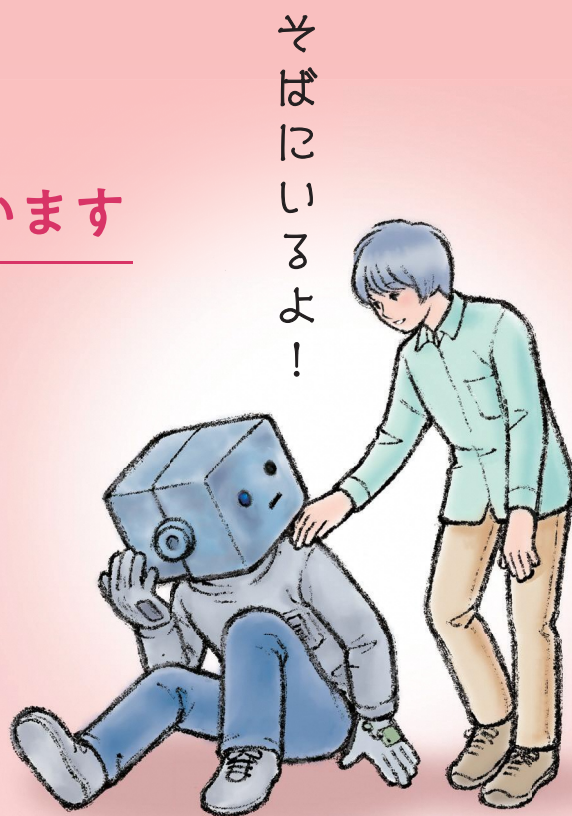
一緒に考えてくれる人がいます

一人で抱えこまないで、相談してみませんか？



一緒に考えてくれる人がいます

悩みや、不安、困り事 ...
抱え込んで苦しんでいませんか？
あなたのチカラになれる人は
きっといます。
一人で悩まず相談してみませんか？



心の悩みと死にたい気持ちの相談

秋田いのちの電話

☎018-865-4343

死にたい気持ちのある方、
自死遺族の方の相談

あきたいのちのケアセンター

☎0120-735-256

自殺に関する相談、企業主の相談

蜘蛛の糸

☎018-853-9759

生活・福祉に関する困り事相談

秋田県社会福祉協議会

☎018-864-2711

つらい気持ちを抱えている方の相談

心の健康相談窓口一覧

蜘蛛の糸LINE相談



秋田県ホームページ
(ふきのとうホットライン)

