

相談先一覧

◎心の悩みに関する相談

相談窓口		電話暗号	受付時間	
石川県こころの健康センター		076 (238) 5750	月～金曜日 (祝日等除く)	8:30～17:15
石川県こころの相談ダイヤル		076 (237) 2700	月～金曜日 (祝日等除く)	9:00～12:00 13:00～16:00
金沢こころの電話	一般	076-222-7556	月～水 木・金 土曜日 日曜日 祝・振替/月～水 祝・振替/木～土	18:00～21:00 18:00～23:00 15:00～23:00 9:00～23:00
	高齢者	076-260-7272		9:00～21:00 9:00～23:00
石川産業保健総合支援センター 働く人のこころの相談室		076-265-3886	月～金 (祝日等除く)	13:30～16:30 ※木曜 9:00～ 12:00も相談可

◎多重債務、消費に関する相談

相談窓口		電話暗号	受付時間	
財務省 北陸財務局		076 (292) 7951	月～金 (祝日等除く)	9:00～12:00 13:00～17:00
石川県消費生活支援センター		076 (255) 2120	月～金曜日 土曜日 (祝日等除く)	9:00～17:00 9:00～12:30
消費者ホットライン		局番なし 188	相談窓口 (市町・県・国民生活センター)により異なる	
金沢市近江町消費生活センター		076 (232) 0070	月～金曜日 第3日曜日 (祝日等除く)	9:00～17:00
金沢弁護士会 (法律相談)		076 (221) 0242	月～金曜日 (祝日等除く)	9:00～17:00
石川県司法書士会 (へるぷねっといしかわ無料相談)		076 (292) 8133	月～金曜日 (祝日等除く)	10:00～16:00
		076 (291) 7070	毎週水曜日 (祝日等除く)	18:00～20:00
法テラス石川		050 (3383) 5477	毎週火・木曜日 月曜日 (月2回)	10:00～17:00 ※要予約
NPO 法人金沢あすなる会		076 (262) 3454	相談日 毎日受付 面談の曜日・時間は電話にて要相談	

◎生活困窮者自立相談支援機関相談窓口

市町	窓口名	郵便番号	住所	電話番号 (FAX番号)
加賀市	加賀市福祉事務所 (加賀市健康福祉部地域福祉課)	922-8622	加賀市大聖寺南町二 41	0761-72-1370 (0761-72-7797)
	加賀市社会福祉協議会	922-0811	加賀市大聖寺南町二 11-5	0761-72-1500 (0761-72-1244)
小松市	こまつふれあい支援センター (小松市社会福祉協議会)	923-0811	小松市白江町ツ 108-1 第一地区コミュニティセンター内	0761-22-3354 (0761-22-3364)
能美市	くらしサポートセンターのみ (能美市社会福祉協議会)	923-1121	能美市寺井町た 8-1 ふれあいプラザ2階	0761-58-6603 (0761-58-6733)
白山市	くらしサポートセンターはくさん (白山市社会福祉協議会)	924-0865	白山市倉光八丁目 16-1 福祉ふれあいセンター	076-276-9389 (076-276-4535)
野々市市	ののいち自立生活サポートセンター (野々市市社会福祉協議会)	921-8815	野々市市本町五丁目 18-5	076-248-8210 (076-246-0169)
金沢市	金沢自立生活サポートセンター (金沢市社会福祉協議会)	920-0864	金沢市高岡町 7-25 金沢市松ヶ枝福祉館	076-231-3720 (076-231-3560)
	金沢市社会福祉事務所 (金沢市福祉局生活支援課)	920-8577	金沢市広坂 1-1-1	076-220-2292 (076-220-2532)
川北町 津幡町 内灘町	石川中央保健福祉センター (福祉相談部地域支援課)	929-0331	津幡町字中橋口 1-1 河北地域センター	076-289-2202 (076-289-2178)
かほく市	くらし再建支援センターかほく (かほく市社会福祉協議会)	929-1173	かほく市遠塚口 52-10 かほく市七塚健康福祉センター	076-285-8885 (076-285-2049)
羽咋市	羽咋市社会福祉協議会	925-8506	羽咋市鶴多町亀田 17 羽咋すこやかセンター内	0767-22-6231 (0767-22-6189)
志賀町 宝達志水町 中能登町	能登中部保健福祉センター (地域支援課)	926-0021	七尾市本府中町ソ 27-9	0767-53-2482 (0767-53-2484)
七尾市	生活サポートセンターななお (七尾市社会福祉協議会)	926-0811	七尾市御祓町1 パトリア3階	0767-57-5086 (0767-53-4100)
輪島市	くらしサポートセンターわじま (輪島市社会福祉協議会)	928-0001	輪島市河井町 13 部 120-1 (輪島市社会福祉協議会内)	0768-23-0783 (0768-22-9627)
穴水町 能登町	能登北部保健福祉センター (地域支援課)	928-0079	輪島市鳳至町畠田 102-4	0768-22-4149 (0768-22-5550)
珠洲市	珠洲市福祉事務所 (珠洲市福祉課)	927-1295	珠洲市上戸町北方1-6-2	0768-82-7748 (0768-82-8138)

◎いじめ等に関する相談

相談窓口	電話番号	受付時間	
石川県教育センター	076 (298) 1682	月～金曜日	8:30～17:15 (祝日等除く)
24時間子供SOS相談テレフォン	076 (298) 1699 0120-0-78310	24時間	
家庭教育電話相談 (石川県教育委員会)	076 (263) 1188	月～土曜日	9:00～13:00 (祝日等除く)
金沢市教育プラザ富樫 こども総合相談センター(いじめ相談)	076 (243) 1019	月～金曜日 土・日・祝	9:00～21:00
金沢市教育プラザこども専用相談 (18歳までの子ども専用電話)	0120-92-8349		9:00～17:00
いじめ110番	0120 (617) 867	24時間	
チャイルドライン・いしかわ	0120 (99) 7777	毎日	16:00～21:00

◎DV

相談窓口	電話番号	相談日時	
石川県こころの健康センター	076 (238) 5750	月～金曜日 (祝日等除く)	8:30～17:15
石川県女性相談支援センター (配偶者暴力相談支援センター)	076 (223) 8655	月～金	8:30～17:15 (面接相談)
金沢市女性相談支援室 (配偶者暴力相談支援センター)	076-220-2554	月～金	9:00～17:00 (電話・面接相談)
パープルサポートいしかわ (いしかわ性暴力被害者支援センター)	076-223-8955	月～金	8:30～17:15 (祝日等除く)
DVホットライン (女性のためのDV専門電話相談)	076-221-8740	月～金 土日祝	9:00～21:00 9:00～17:00
性被害110番(石川県警察本部)	#8103 076 (221) 0242	24時間対応 (夜間・祝日は当直員が対応)	

◎児童相談所

相談窓口	電話番号	相談日時		担当地区
石川県中央児童相談所 ※1	076 (223) 9553	月～金曜日 (祝日等除く)	8:30～17:45	かほく市、内灘町、津幡町、 野々市市、白山市、能美市、 川北町、小松市、加賀市
石川県七尾児童相談所 ※1	0767 (53) 0811	月～金曜日 (祝日等除く)	8:30～17:45	七尾市、羽咋市、輪島市、 珠洲市、羽咋郡、鹿島郡、 鳳珠郡
金沢市児童相談所 ※2	076 (243) 4158	月～金曜日 (祝日等除く)	9:00～17:45	金沢市

※1 虐待通告、緊急を要する相談の受付については、24時間365日対応している。

※2 虐待通告は24時間365日受付(076-243-8348)

みんなの投稿コーナー

オススメの映画

Fさん

「さよならの朝に約束の花をかざろう」

(2018年2月公開)

誰にでもたくさんの愛情をそそいで育ててくれた人がいると思います。

ただとても身近なために、普段から気づかなかったり、お礼が言えなかつたりした経験を多少なりともお持ちだと思えます。

喜びや悩み、葛藤を繰り返しながら成長していくなかで、注いでもらった愛情に気づき「ありがとう」の気持ち芽生えた時、人は本当に成長するのではないのでしょうか。

そしてもう一度、人生の終わりに臨むとき、その気持ちをあらためて深く思い起こしてくれる、そんな感動アニメ作品です。

ぜひ自身のこれまでの人生と、大切な人のことを思い返しながら鑑賞してみてください!



詩

T・Tさん

ひとりでもいてくれたら

寒いので火を焚く でもまだ寒い 何で寒いのか分かっている
愛が足りないからだ でもどうすれば心が温まるのか分からないんだ
こんな気持ちをどうすることも出来ない こんな寒いのは初めてだ
凍え死にそうなくらい寒いんだ
だけど一人にいるより誰でもいいから いてくれたら まだあたたかい
ほんの少しだけど 僕は暖かくなれる

寂しいので人のところに行く でもまだ寂しい
何で寂しいのか分かっているつもりだった
でも、人のいないところのほうが 寂しくないような気がする
こんな複雑な気持ちで生きて行くのはつらい気がする
でも、僕は一人では生きて行けない
誰かが支えてくれないと生きて行けない 誰でもいいんだ
本当に、僕を分かってくれる人がいれば それだけで寂しくない
それだけで 生き生きと 心がなごやかになれるんだ

