

こころの相談窓口

6:00

9:00

12:00

18:00

21:00

0:00

6:00

行政＜保健所、市町村等＞

※土日祝休み

宮古保健所 : 0980-72-8447
宮古島市（障がい福祉課） : 0980-73-1975
多良間村（住民福祉課） : 0980-79-2623

こころの健康相談統一ダイヤル
0570-064-556

こころの健康相談
統一ダイヤル
0570-064-556

9:00～16:30, 18:30～22:30
※平日のみ

チャイルドライン
0120-99-7777

毎日16:00～21:00
※18歳までの子ども専用

いのちの電話
0120-783-556

毎日16:00～21:00
※毎月10日は24時間

沖縄いのちの電話（毎日10:00～23:00）
098-888-4343



～夜間でも相談できる
場所があります～



#いのちSOS(24時間・年中無休)
0120-061-338

よりそいホットライン(24時間・年中無休)
0120-279-338