

生活困窮に関する相談 (土・日・祝日・年末年始休み)

- 宮古島市生活福祉課 (地域福祉係) **0980-73-1981** 9:00～11:30
13:00～16:00
- 宮古島市社会福祉協議会 **0980-72-3193** 8:30～12:00
13:00～17:00
- 多良間村社会福祉協議会 **0980-79-2679** 9:00～11:30
13:00～16:00

生活保護に関する相談 (土・日・祝日・年末年始休み)

- 宮古島市生活福祉課 (保護係) **0980-73-1962** 9:00～11:30
13:00～16:00
- 宮古福祉事務所 (多良間村) **0980-72-3771** 8:30～12:00
13:00～17:15

こころの相談窓口



ひとりで悩んでいませんか?

あなたの
お悩み

相談できる場所
があります。



宮古保健所 令和7年8月更新

こころの健康相談 (土・日・祝日・年末年始休み)

- 宮古保健所 **0980-72-8447** 9:00～11:00
13:00～16:00
- 宮古島市障がい福祉課 基幹相談支援センター **0980-73-1975** 9:00～12:00
13:00～17:00
- 多良間村住民福祉課 **0980-79-2623** 9:00～11:00
13:00～16:00

こころの健康相談 年中無休

- #いのち SOS **0120-061-338** 24時間
- よりそいホットライン **0120-279-338** 24時間
- いのちの電話 **0120-783-556** 16:00～21:00 (毎月10日は24時間・8時～翌8時無料)
- 沖縄いのちの電話 **098-888-4343** 10:00～23:00

子育てに関する相談 (土・日・祝日・年末年始休み)

- 宮古島市家庭保健課 **0980-73-1947** 9:00～12:00
13:00～17:00
- 多良間村住民福祉課 **0980-79-2623** 9:00～11:00
13:00～16:00

多重債務に関する相談 (土・日・祝日・年末年始休み)

- 沖縄県消費生活センター 宮古分室 **0980-72-0199** 9:00～12:00
13:00～16:00
- 法テラス宮古島法律事務所 **050-3383-0201** 9:00～12:00
13:00～17:00