

三重県こころの健康センター (精神保健福祉センター)

相談のご案内

電話相談

令和7年8月1日現在

- ◆ ひきこもり専門電話相談 059-253-7826
 - 月～金曜日（祝日・年末年始を除く）
 - 午前9時～午後4時
- ◆ 依存症専門電話相談（アルコール・薬物・ギャンブル・ゲーム・インターネット等）
059-253-7826（ひきこもり電話相談と併せて実施）
 - 毎週水曜日（祝日・年末年始を除く）
 - 午後1時～午後4時
- ◆ 自殺予防・自死遺族電話相談 059-253-7823
0120-01-7823
 - 月～金曜日（祝日・年末年始を除く）
 - 午後1時～午後4時
- ◆ こころの傾聴テレフォン 059-223-5237
059-223-5238
 - 月～金曜日（祝日・年末年始を除く）
 - 午前10時～午後4時
 - 話を「聴く」ことに重点を置いた傾聴電話です。リスナー（傾聴者）が応じます。



ひきこもりメール相談

- ◆ ひきこもりメール相談
下記のURLまたは二次元コードよりご相談ください。
<https://logoform.jp/f/nndII>



来所相談（予約制）

- ◆ ひきこもり専門面接相談
- ◆ 依存症専門面接相談（アルコール・薬物・ギャンブル・ゲーム・インターネット等）
- ◆ 自殺予防・自死遺族面接相談
 - 来所相談は予約制となります。
 - まずは上記の電話相談におかけください。



精神科医師による面接相談（予約制）

- ◆ 精神科医師による面接相談
- ◆ ひきこもり・自殺予防関連等
 - ・ 依存症関連（アルコール・薬物・ギャンブル・ゲーム・インターネット等）
 - 精神科医師が相談に応じます。
 - 予約制のため、まずは上記の電話相談におかけください。
 - 関係機関からの相談は、精神疾患全般に対応します。



三重県津庁舎周辺地図



- 鈴鹿方面から 国道23号「上浜町2」交差点左折後すぐ右手側
- 松阪方面から 国道23号「上浜町2」交差点右折後すぐ右手側
- 津I.Cから インター出口を左折し、津中央郵便局まで約7分、津中央郵便局（三重会館前交差点）を左折し、「上浜町2」交差点まで約5分、交差点右折後すぐ右手側
- 近鉄「津駅」から 徒歩約15分
- 近鉄「江戸橋駅」から 徒歩約13分