

—中学生向け—

ひとりで悩まないで、信頼できる
大人や専門機関に相談してみませんか。

不安、イライラ、眠れないなどのこころの相談など…

都城市役所 障がい福祉課
こころの相談専用電話 0986-36-8424
月～金曜（祝日年末年始を除く）／9：00～12：00、13：00～16：00
障がい福祉課 TEL：0986-23-2980、FAX：0986-24-1188
月～金曜（祝日年末年始を除く）8：30～17：15

都城市



いじめや友人関係、進路のことなど…

24時間子供SOSダイヤル 年中無休／24時間 0120-0-78310

チャイルドライン（18歳までのこども専用電話）
毎日（年末年始を除く）／16：00～21：00
0120-99-7777

チャット相談はこちら
相談日は、ホームページ
のカレンダーを確認して
ください16：00～21：00

家族の世話を焼いている、学校に行けないなど…

宮崎県子ども・若者総合相談センター「わかば」 0120-730-130
月・火・水・金・土曜（祝日を除く）／10：00～17：00
（18歳まで通話無料）

都城市 障がい福祉課ホームページ

こころの相談窓口はこちら

こころの相談窓口を紹介しています。関連リンクにはLINEやオンラインなどの相談先、10代の若者向けの相談先を掲載しています。詳しくは、ホームページをご覧ください。


