

ハローワークで こころの健康相談

相談無料

要予約

失業や求職活動によるストレスなどから「心の悩み」を抱え、求職活動に支障を来している方のために、下記日程で相談に応じています。ご希望の方は、受付へお申し出ください。

ハローワーク前橋

前橋市天川大島町130-1 ☎027-290-2111

【産業カウンセラーによる相談】

- 毎月第2・4金曜日及びその他各月1回火曜日(週不定)

午前10時45分～午後2時45分まで(1人45分)

※詳細なスケジュールはハローワーク前橋へお問い合わせください

ハローワーク高崎

高崎市北双葉町5-17 ☎027-327-8609

【産業カウンセラーによる相談】

- 毎月第1・2の月曜日

(第1・2の月曜日が祝日の場合は第4月曜日)

午後1時～午後5時まで(1人45分)

ハローワーク太田

太田市飯田町893 ☎0276-46-8609

【産業カウンセラーによる相談】

- 毎月第1・2・3・4の水曜日

(令和8年2月のみ第1、3、4水曜日)

午前11時～午後3時まで(1人45分)



厚生労働省

ハローワーク

電話で相談する

群馬県こころの健康センター 【こころの健康に関する相談を受け付けています。】	○電話相談 ▶ 027-263-1156 ▶ 9:00～17:00(月～金) ※土日、祝祭日、年末年始を除く ○来所相談 ▶ 027-263-1156(予約制)
群馬いのちの電話 【民間団体。電話による相談支援活動を行っています。】	027-212-0783 ▶ 9:00～夜0:00(毎日) ▶ 9:00～翌日9:00 (第2・4金曜日:24時間) 0120-783-556 ▶ 16:00～21:00 (毎日フリーダイヤル) ▶ 8:00～翌日8:00 (毎月10日:フリーダイヤル:24時間)
各保健福祉事務所・前橋市保健所・高崎市保健所 【精神保健福祉の相談を行っています。】	各機関とも8:30～17:15(平日) ※土日、祝祭日、年末年始を除く ○渋川保健福祉事務所 ▶ 0279-22-4166 ○藤岡保健福祉事務所 ▶ 0274-22-1420 ○富岡保健福祉事務所 ▶ 0274-62-1541 ○安中保健福祉事務所 ▶ 027-381-0345 ○吾妻保健福祉事務所 ▶ 0279-75-3303 ○利根沼田保健福祉事務所 ▶ 0278-23-2185 ○伊勢崎保健福祉事務所 ▶ 0270-25-5066 ○桐生保健福祉事務所 ▶ 0277-53-4131 ○太田保健福祉事務所 ▶ 0276-31-8243 ○館林保健福祉事務所 ▶ 0276-72-3230 ○前橋市保健所 ▶ 027-220-5787 ○高崎市(障害福祉課) ▶ 027-321-1358

医療機関や相談窓口を探す

働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」	精神科や心療内科のある病院、診療所(クリニック)を案内。地域ごとに診療日・診療時間も確認できます。 ○パソコン・携帯電話 ▶ https://kokoro.mhlw.go.jp/
生きる支援の総合検索サイトいのちと暮らしの相談ナビ	さまざまな悩み、問題への支援策や相談窓口が簡単に検索できるサイトです。 ○パソコン・携帯電話 ▶ https://lifelink-db.org/

その他の相談機関

法律・多重債務	法テラス群馬 【経済的にお困りの方を対象に無料の法律相談を行っています。】 相談できる内容: 借金(債務整理)・金銭トラブル(貸金・損害賠償)・離婚・相続・労働問題などの一般相談 ○電話予約 ▶ 0570-078320 ▶ 9:00～17:00(平日) ※土日、祝祭日及び年末年始を除く 群馬県消費生活センター 【事情をお聞きしながら債務の状況を整理するとともに、法律専門家への橋渡しを行います。】 027-223-3001 ▶ 9:00～16:30(平日) ▶ 9:00～12:00 13:00～16:30(土曜) ※土曜は電話相談のみ ※ 日曜、祝日及び年末年始を除く
----------------	---