

# ふくしま心のケアセンター

一般社団法人 福島県精神保健福祉協会

ふくしま心のケアセンターは、2012年11月19日より電話相談専用ダイヤルを開設いたしました。東日本大震災や津波、原発事故による被災とその後のストレスにより、悩みを抱えている方々やその支援をされている方々からのご相談をお受けしております。

被災者相談ダイヤル

“ふくここライン”

な や み ふ く こ こ  
 0120-783-295

※令和2年2月～

平日 9:00～12:00、13:00～17:00

専門の相談員がお受けいたします

こんなこと、気になっていませんか？

- \* 最近、なんだか眠りが浅い…。夜中に目が覚めることも増えた気がする。
- \* 以前と比べると、食欲が落ちたかもしれない。体重が増えたり減ったりする…。
- \* ちょっとした音にも驚いてドキドキしたり、不安になったりする…。
- \* 災害時に体験したことやその時のことがよみがえって、辛くなることがある…。