

出雲地域思春期のこころとからだの相談窓口・医療機関

＊相談窓口＊

●体・性の悩み

〈令和6年3月現在〉

概要	機関	電話番号	受付時間	ページ	市内地図標記
思春期の体について相談	助産師ダイヤル	毎月1～15日 090-7135-4637 毎月16～31日 090-7136-4609	8:00～23:00	1	—
女の子の体の相談	女の子のためのER	メール相談アドレス https://www.onnanokonotameno-er.com/	毎日対応	2	—
思春期の体の健康について相談	思春期・FP相談LINE	LINE ID @183xqhs	月～金曜日 10:00～16:00 *順に返信 (祝日休み)	3～4	—
	島根県出雲保健所 健康増進課	0853-21-8785	月～金曜日 8:30～17:15 *祝日、年末年始除く	5	a
エイズ検査や相談	島根県出雲保健所 医事・難病支援課	0853-21-1191	月～金曜日 8:30～17:15 *祝日、年末年始除く		

●心の悩み

概要	機関	電話番号	受付時間	ページ	市内地図標記
心の健康に関する相談、地域の社会資源についての情報や専門の機関を知りたいなど	島根県出雲保健所 心の健康支援課	0853-21-1653	月～金曜日 8:30～17:15 *祝日、年末年始除く	5	a
	島根県立心と体の相談センター 心のダイヤル	0852-21-2885 (電話相談)	月～金曜日 9:00～17:00 *祝日、年末年始除く	6	—
	島根県立心と体の相談センター 専門相談ダイヤル	0852-21-2045 (電話相談・来所相談は予約)	月～金曜日 8:30～17:15 *祝日、年末年始除く	6	—
いじめ、不登校、こころの悩みなどの全般的な相談	こころとそだちの相談センター (島根大学)	0852-32-1100 (相談申込専用)	原則として大学開講時間の範囲 (18時頃まで)	7	—
	出雲市子ども・若者支援センター	0120-84-7867	月～金曜日 8:30～17:00 (祝日、年末年始を除く)	8	b
	こどもの人権110番	0120-007-110	月～金曜日 8:30～17:15 *祝日、年末年始除く	9	—
	島根県教育委員会いじめ相談テレフォン	0120-779-110	24時間対応	10	—
	島根いのちの電話	0852-26-7575 0570-783-556	9:00～22:00 (土・日曜日は、土曜日の9:00～日曜日の22:00まで連続して相談対応)	11	—
子どもの育児・虐待・非行などに関する相談	ヤングテレホン/けいさつ・いじめ110番	0120-786719	年中無休/24時間受付	12	—
	島根県出雲児童相談所	0853-21-0007	月～金曜日 8:30～17:15 *祝日、年末年始を除く	13	c
発達障がいについて、家庭や学校での対応等の相談	島根県東部発達障害者支援センターウィッシュ	050-3387-8699	月～金曜日 9:00～17:00 *祝日、夏季休暇、年末年始除く	14	d
教育に関する相談。学校生活等についての相談、学校に行きにくいことなど。	島根県教育センター 教育相談 (来所)	0852-22-5876 (相談受付専用)	月～金曜日 9:00～17:00 *祝日、年末年始除く	15	—
	島根県教育センター “こころ・発達” 教育相談室	0800-200-1556	電話相談 火～金曜日 9:00～16:30 来所相談 (予約制) 水曜日・金曜日 *土日、祝日、年末年始を除く	16	e
地域の相談支援事業所。(障害者総合支援法に基づき市から委託) 心の健康に関する相談	地域生活支援センターふあっと	0853-25-0130	月～金曜日 9:00～18:00 *祝日、年末年始除く	17	f
	相談支援事業所そらゆう相談センター	0853-72-7085	月～金曜日 9:00～17:00 *祝日、年末年始除く	18	g

●パートナーからの暴力や性被害などの相談

概要	機関	電話番号	受付時間	ページ	市内地図標記
パートナーからの暴力などの相談	出雲市女性相談窓口	0853-22-2085	月～金曜日 8:30～17:00 *祝日、年末年始除く	19	b
	島根県出雲児童相談所 女性相談ダイヤル	0853-21-8789	月～金曜日 8:30～17:00 *祝日、年末年始除く	13	c
	女性の人権ホットライン	0570-070-810	月～金曜日 8:30～17:15 *祝日、年末年始除く	20	—
	島根県女性相談センター (松江)	0852-25-8071 (相談専用)	月～金曜日 8:30～17:00 土曜日・日曜日8:30～12:00 13:00～17:00 *祝日、年末年始除く	21	—
	島根県女性相談センター西部分室 (大田)	0854-84-5661 (相談専用)	月～金曜日 8:30～17:00 *祝日、休日、年末年始除く		—
性暴力についての相談。病院や法律、カウンセリング等の紹介	しまね性暴力被害者支援センターさひめ	0852-28-0889 メール相談アドレス https://sahime.onnanokonotameno-er.com/	電話相談: 火・木・土曜日 17:30～21:30 *年末年始は休み	22	—
	性暴力被害者支援センターたんぼぼ	全国共通短縮番号 #8891	月～金曜日 8:30～17:15 *祝日、休日、年末年始を除く	23	—
性暴力の相談	島根県警察本部 性犯罪110番	0120-110-267 全国共通短縮番号 #8103	24時間対応	24	—

学ぶ場・居場所等

概要	機関	電話番号	受付時間	ページ	市内地図標記
適心指導教室	出雲市教育支援センター (適心指導教室)	0853-21-6204	月～金曜日 9:00～15:00 * 祝日、長期休業期間を除く	25	b
就職相談	しまね東部若者サポートステーション	松江: 0852-33-7710 出雲: 0853-31-6663	月～金曜日 9:30～17:30 (木曜9:30～19:00) 第2・第5土曜日は開所(9:30～17:30) * その他の土日祝・年末年始はお休み	26	
集う場、交流の場	小集団グループ活動「クローバー」 (島根県ひきこもり支援センター)	0852-21-2045	毎月第1, 2, 4木曜(午後)	6	—
	ぶらりねっと(出雲市今市町)	0853-25-2189	月～金曜日 9:15～16:45 * 祝日等は休み	27	h
不登校やひきこもりの保護者等の会	実樹の会(出雲市)	090-5378-2283 (代表: 吉田慶一)		28	—

医療機関

●体の医療を受ける

＜診療所＞

標榜科名	病院名	電話番号	受付時間	ページ	市内地図標記
産婦人科	江田クリニック産婦人科 (出雲市大津町260)	0853-30-7888	月、水、金曜日 9:00～12:00 15:00～17:00 土曜日 9:00～12:00	29	i
泌尿器科	角医院 (出雲市渡橋町920-1)	0853-30-6077	月、火、水、金曜日 8:30～12:00 15:00～17:00	29	k

＜病院＞

標榜科名	病院名	電話番号	受付時間	ページ	市内地図標記
女性ヘルスクエア外来	島根大学医学部附属病院 (出雲市塩冶町89-1)	0853-20-2389 (婦人科外来)	水曜日 14:30～16:30	29	m

●心の医療を受ける

＜診療所＞

標榜科名	病院名	電話番号	受付時間	ページ	市内地図標記
心療内科、精神科	あさひクリニック (出雲市塩冶町950-2)	0853-20-1058	月、火、水、金曜日 9:00～17:00 木、土曜日 9:00～12:00 * 祝日、年末年始除く	30	n
心療内科、精神科	エスポアル出雲クリニック (出雲市小山町361-2)	0853-21-9779	月、火、金曜日 8:30～18:30 水、木曜日 8:30～17:00 土曜日 8:30～17:00 * 祝日、年末年始除く	30	o
心療内科、精神科、皮膚科	医大前クリニック (出雲市塩冶神前1-7-7)	0853-31-8880	月・火・水・金曜日 9:00～12:00/15:00～18:00 木、土曜日 9:00～12:00 * 祝日を除く	31	p
内科、精神科、神経内科、小児科、心療内科	さとうクリニック (出雲市平田町989-1)	0853-62-4311	月～水、金曜日 9:00～18:30 土曜日 9:00～12:00 * 祝日、年末年始除く	31	q
心療内科、精神科、内科	まつざきクリニック (出雲市姫原4-10-2)	0853-31-7700	月・火・水・金曜日 8:30～12:30/14:30～18:30 土曜日 8:30～12:30/13:30～17:00 * 祝日、年末年始除く	31	r
心療内科、精神科	きたぼんまちクリニック (出雲市今市町北本町5-3-6)	0853-25-7582	火・水・木・金曜日 8:45～12:00 14:30～18:00 土曜日 8:45～12:00 * 祝日、年末年始を除く	31	w
小児科、内科	きむらこどもファミリークリニック	0853-20-0903	月・木・金曜日 14:00～16:00 火曜日 14:00～15:00 * 祝日、年末年始を除く	32	s
小児科	みもりキッズ・ファミリークリニック	0853-25-8860	月・火・木・金曜日 9:00～11:00 14:00～17:00 土曜日 9:00～11:00 14:00～15:00 * 祝日、年末年始を除く	32	t

＜病院＞

標榜科名	病院名	電話番号	受付時間	ページ	市内地図標記
精神科、神経内科、内科	海星病院 (出雲市大津町3656-1)	0853-21-3521	随時	33	u
精神科(児童思春期外来)	島根県立こころの医療センター (出雲市下古志町1574-4)	0853-30-0556	診察は完全予約制(電話受付時間 9:00～16:00) 診療日 月～金曜日 * 祝日、年末年始除く	33	e
子どものこころ診療部 (小児科・精神科神経科)	島根大学医学部附属病院 (出雲市塩冶町89-1)	0853-20-2383	診察は完全予約制 開設時間は電話番号に問いあわせてください。 * 土・日・祝日・夏季休業・年末年始除く	34	m
精神神経科	島根県立中央病院 (出雲市姫原4丁目1-1)	0853-22-5111	初診の場合、月曜日 9:00～11:00	34	v