



御守り



◆こころの健康に関する相談

<加古川市市民健康課>
☎079-427-9191 平日 8:30~17:15
※公認心理師による相談あり(平日週1回・予約制)

<兵庫県加古川健康福祉事務所>
☎079-422-0003 平日 9:00~17:00
※精神科医による相談あり(毎月第2・4月曜・予約制)

※土日祝日・夜間に利用できる相談窓口

<兵庫県いのちの心のサポートダイヤル>
☎078-382-3566
平日 18:00~翌 8:30 土・日・祝 24 時間

<はりまいのちの電話>
☎079-222-4343 毎日 10:00~翌 1:00

<よりそいホットライン>
☎0120-279-338 毎日 24 時間

様々な相談窓口一覧

インターネットを使って相談窓口を検索できます。キーワード「加古川市こころの健康」で検索または二次元コードを読み取ってください。



◆自殺を考えるほどの悩みの相談

<生きづらびっと>  

LINE: @yorisoi-chat

毎日 8 時~22 時 30 分 (22 時まで受付)

<＃いのち SOS (電話・Web・メール相談)>
☎0120-061-338 又は **＃いのち SOS** で検索
相談受付時間 毎日 24 時間

◆不登校、子育て等の相談

<加古川市教育相談センター>
☎079-421-5484 平日 9:00~17:00

◆いじめ、不登校、体罰、友達関係、進路等の相談

<ひょうごっ子悩み相談>
☎0120-0-78310 毎日 24 時間

◆親や周囲の大人からの虐待の相談

<児童虐待防止 24 時間ホットライン>
☎189 (いちばやく) 毎日 24 時間

◆ヤングケアラーの相談 (未成年者の家事・介護等の悩み)

<加古川市家庭支援課>
☎079-427-3073 平日 9:00~17:00

◆性のあり方についての相談

<加古川市 LGBTQ+ 電話専門相談>
☎079-427-9108 毎月第 4 月 14:00~17:00

◆妊娠・出産・子育ての相談

<加古川市育児保健課>
☎079-427-9325 平日 8:30~17:15

◆パートナーなどからの暴力の相談

<加古川市配偶者暴力相談センター>
☎079-427-2928 平日 9:00~17:00

◆生活の困りごと・ひきこもりに関する相談

<加古川市くらしサポート相談窓口>
☎079-427-9382 平日 8:30~17:15

◆職場での困りごとに関する相談
(賃下げ・解雇・いじめ等)

<加古川市労働基準監督署>
☎079-458-8467 平日 9:00~17:00

※最新の情報は各ホームページをご覧ください。