



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 9:00~17:30
▶精神科医による相談あり
(原則第2・4月曜※変更月あり・予約制)



※土日祝日・夜間に利用できる相談窓口
<兵庫県いのちと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>

月金 6:00~22:30 
日火水木土 8:00~22:30 
(受け付けは 22:00 まで)

<#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、友人関係、進路、体罰等の相談
<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
<児童相談所虐待対応ダイヤル>
☎189 (いちはやく) 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支援センター>
☎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 9:00~17:00

◆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。