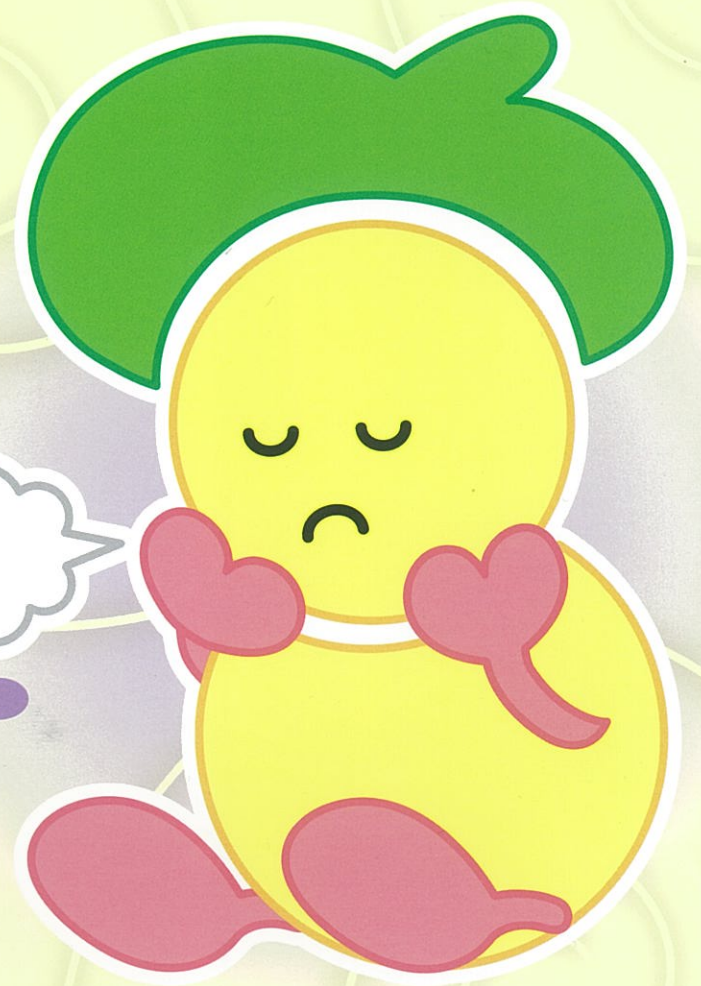


気づく つながる 支えるいのち



西宮市食育・健康づくりマスコット みやちゃん

ひとりで悩まないで！まずは相談を！

▶▶ 心の悩み・自殺の悩み

相談窓口	電話番号	相談時間
西宮市保健所 健康増進課 自殺対策事業のホームページ： http://www.nishi.or.jp/homepage/hokenjo/jisatsutaisaku/index.html	0798-26-3160	月～金 9:00～17:30
西宮こころのケアセンター	0798-35-5066	月～金 9:00～11:30 13:00～16:30
西宮市 各保健福祉センター	各保健福祉センター	月～金 9:00～17:30
兵庫県こころの健康電話相談	078-252-4987	火～土 9:30～11:30 13:00～15:30
兵庫県いのちと心のサポートダイヤル	#7500 (短縮ダイヤル) (県外の方は 078-382-3566)	月～金 18:00～翌8:30 土・日・祝日 24時間

▶▶ 生活に関する相談窓口

内容	相談窓口	電話番号	相談時間
生活保護 (生計困難)	西宮市役所 厚生第1課	0798-35-3056	月～金 9:00～17:30
借金相談 (多重債務相談)	西宮市 消費生活センター	0798-64-0999	第2、第4 火曜日 (予約制) 13:00～16:00 (1日3組まで)
労働相談	西宮市役所 勤労福祉課	0798-32-7170	*火・木 16:00～20:00 *第2、第4土曜日 10:00～18:00

こころの体温計 4つのモードでこころの健康チェック!

簡単な質問に答えるだけでOK! [▼パソコンはこちらから
https://fishbowlindex.jp/nishinomiya/](https://fishbowlindex.jp/nishinomiya/)

携帯・スマホはこちらから

QRコード

西宮市 NISHINOMIYA CITY
自殺対策事業