

9月10日～
16日は

自殺予防週間



身近に相談できる相手がいないときは、相談できる場所があります。
悩んでいることや困っていることなど、ささいなことでも相談してください。

【深刻な悩みに関する相談】

- ♡ 京都府自殺ストップセンター ナビダイヤル ☎0570-783-797 年中無休・24時間
- ♡ 京都いのちの電話 ☎075-864-4343 年中無休・24時間
- ♡ 日本いのちの電話連盟 フリーダイヤル ☎0120-783-556 年中無休・16時～21時
9月10日(水)8:00～17日(水)8:00(7日間連続)

【健康に関する相談】

- ♡ 綾部市こころの健康相談窓口(障害者支援課) こころの健康に関する相談
☎0773-42-4318 月～金(8:30～17:15)
- ♡ 綾部市役所・保健推進課(綾部市保健福祉センター) 健康に関する相談
☎0773-42-0111 月～金(8:30～17:15)
- ♡ 京都府中丹東保健所・福祉課 こころの健康に関する相談 月～金(8:30～17:15)
☎0773-75-0856 精神科医師による専門相談(事前に要予約)
綾部会場:毎月第2月曜日、舞鶴会場:偶数月の第4木曜日

【女性相談】

- あいセンター(綾部市男女共同参画センター)
- ♡ 女性のための相談 ☎0773-42-1801 月～金(8:30～17:00)
フェミニストカウンセラーによるカウンセリング ☎0773-42-1801 原則毎月第1、第3水曜日(予約制)

【生活困窮に関する相談】

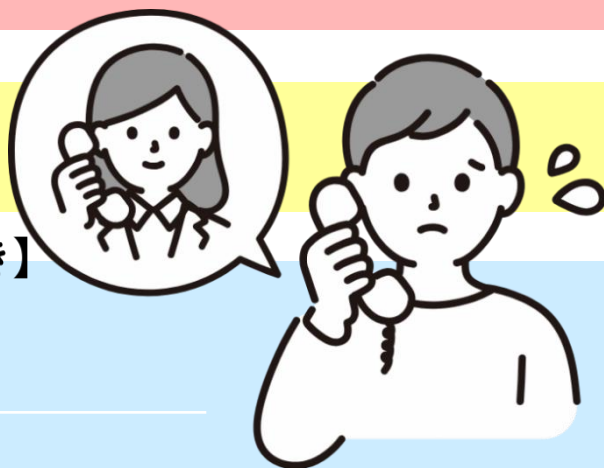
- ♡ 綾部市社会福祉協議会あやべ生活サポートセンター 生活困窮に関する相談
☎0773-45-4520 月～金(8:30～17:15)

【こどもの相談】

- ♡ 綾部市家庭児童相談室 こどもの相談
☎0773-40-1088 月～金(8:30～17:00)

【どこに相談したらいいのかわからないとき】

- ♡ 支援情報検索サイト(厚生労働省)
- ♡ 10代のためのサイト Mex(ミークス)
(NPO 法人 3keys)



【お問い合わせ】障害者支援課 TEL0773-42-4318

