

一人で悩んでいませんか？

つらい時は、電話して下さい。

こころの相談窓口カード

# こころの相談窓口



西宮市保健所 健康増進課

平日 9:00～17:30



0798-26-3160



兵庫県いのちと心のサポートダイヤル

平日 18:00～翌8:30/土・日・祝 24時間



078-382-3566

 **まずは電話してください**

西宮市保健所  
2016年3月現在