



うら

気づく つながる 支える いのち



✓ 西宮市自殺対策事業
ホームページ



✓ 西宮市
こころの体温計



チャット
相談

✓ あなたのいばしょ

- 西宮市保健所 健康増進課 ☎ 0798-26-3160
平日 9:00~17:30
- 西宮市 こころのケア相談 ☎ 0798-35-5066
平日 9:00~11:30/13:00~16:30
- みやっこ こころのサポートダイヤル ☎ 0798-35-5082
月・水・金 13:30~16:30
- 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
- よりそいホットライン ☎ 0120-279-338
24時間 / 外国語での相談も可

勇気を出してお話してください。 西宮市保健所 2021年7月現在