

## 相談窓口・関係機関一覧

相談機関	電話番号	対応日時	備考
木津川市役所健康推進課	0774-75-1219	月～金 8:30～17:15 ※年末年始・祝日は除く	心の健康相談 気になる症状があれば、ご相談ください。
京都府山城南保健所	0774-72-4300	月～金 8:30～17:15	心の病について、専門の相談員が相談を行っています。
京都府精神保健福祉総合センター こころの相談窓口	075-645-5155	月～金 9:00～12:00 13:00～16:00	こころの健康に関する相談を専門の相談員がお聞きします。
京都府自殺ストップセンター	0570-783-797	年中無休（24時間）	うつ病、多重債務、生活苦などの悩み相談。専門家が一緒に解決法を考えます。
京都いのちの電話	075-864-4343	年中無休（24時間）	眠らぬダイヤル 電話相談はボランティア（研修課程を修了）によって行われ、お互い匿名での連絡になります。
京都自死・自殺相談センター Sotto	075-365-1616	金・土 19:00～25:00	悩みを抱えている人の心の居場所づくり メール相談は <a href="http://www.kyoto-jsc.jp/mail/">http://www.kyoto-jsc.jp/mail/</a>
よりそいホットライン	0120-279-338	年中無休（24時間）	どんな相談でも受け付けています。
チャイルドライン	0120-99-7777	毎日 16:00～21:00 ※年末年始は除く	18歳以下限定 どんな相談でも受け付けています。
京都府労働相談所	0120-786-604	月～土 9:00～13:00 14:00～21:00 ※土～17:00 ※日祝・年末年始は除く	専門の相談員がアドバイスします。 会社からやめてほしいと言われた… 退職金を払ってもらえない… 等の相談に対応。
自死遺族支援弁護団	050-5526-1044	水 12:00～15:00 ※祝日を除く	自死遺族の方を対象とした、電話、Eメール、お手紙のご相談 HP <a href="http://www.iishiizoku-law.org">http://www.iishiizoku-law.org</a>
ふれあい・すこやかテレフォン	075-612-3268 075-612-3301 0773-43-0390	年中無休（24時間）	いじめや学習等の学校生活のこと等
障害者相談支援センターいづみ	0774-66-3521	月～土 8:30～17:30 ※日祝・年末年始は除く	障がいをお持ちの方、ご家族相談は予約が必要です。
法テラス	0570-078374	月～金 9:00～21:00 土 9:00～17:00 ※年末年始・祝日除く	身近なトラブル、離婚問題、労働問題等
チーム絆	080-4682-8032	月～土 10:00～17:00 ※年末年始・祝日除く	ひきこもり支援