

ひとりで抱え込まず相談してください

西宮市保健所健康増進課

0798-26-3160

西宮市自殺対策事業  
ホームページ



西宮市こころのケア相談 0798-35-5066

平日 9:00～11:30 13:00～16:30

兵庫県いのちと心のサポートダイヤル

078-382-3566 #7500 (短縮ダイヤル)

月～金曜日 18:00～翌日8:30 土日祝 24時間

働く人の「こころの耳相談」

(電話・SNS・メール相談)

