



神奈川県

令和4年度

地域自殺対策・依存症包括相談会

こころと

くらしの電話相談

ひとりで悩まないで、
相談してみませんか？



専門相談員が複数で電話相談をお受けします。ひとりで悩まないで
相談してみませんか？

日 時：令和5年**3月11日(土)** **13時00分～16時00分**

相談方法：上記の時間にお電話をください。予約は不要です。
話し中の場合は、恐れ入りますが時間をおいてから
おかけ直してください。

相談時間：30分程度

相談費用：相談料は無料です。通話料はご負担いただきます。

対 象：県内（政令市を除きます）在住の方

【こころの健康と生活の相談】

- ・不安が強い、気分の落ち込みが続く
- ・ストレスを抱えている
- ・生活が苦しい、今後の生活が不安
- ・借金で困っている 等

【こころの健康と生活の電話相談番号】

精神保健福祉士、司法書士が相談をお受けします。

☎ **045-821-6937**

【依存症に関する相談】

- ・アルコール、薬物
- ギャンブル、インターネットをやめられない
- ・自分（もしくは家族）が依存症かもしれない
- ・依存症にどのように対応したらよいか 等

【依存症についての電話相談番号】

精神保健福祉士、依存症回復支援施設職員が
相談をお受けします。

☎ **045-821-6801**

◆お問合せ：神奈川県精神保健福祉センター 相談課
電話 045-821-8822(代)（平日 8時30分～17時15分）