

# そうだ、相談しよう！



## 相談窓口一覧

| このようにとき                                     | 相談窓口名称   | 電話番号   | 開設時間  |
|---|--|--|---|
| こころの健康<br>こころの悩み<br>さみしい…<br>死にたい 誰か助けて<br> | 兵庫県精神保健福祉センター                                      | 078-252-4980   | 火曜～土曜（祝日、年末年始を除く）<br>8：45～17：30               |
|   | 兵庫県こころの健康電話相談                                      | 078-252-4987   | 火曜～土曜（祝日、年末年始を除く）<br>9：30～11：30 / 13：00～15：30 |
|   | 神戸市精神保健福祉センター                                      | 078-371-1900   | 月曜～金曜（祝日、年末年始を除く）<br>8：45～12：00 / 13：00～17：30 |
|   | 自殺予防とこころの健康電話相談（神戸市）                               | 078-371-1855   | 月曜～金曜（祝日、年末年始を除く）<br>10：30～16：30              |
|   | 各健康福祉事務所【保健所】<br>各市町担当窓口                           | お住まいの近くにある各健康福祉事務所・各市町担当窓口で相談できます。神戸市の方は各区の保健センターでご相談ください。 |   |
|   | 兵庫県こころのケアセンター                                      | 078-200-3010   | 火曜～土曜（祝日、年末年始を除く）<br>9：00～12：00 / 13：00～17：00 |
|   | ひょうご・こうべ 依存症対策センター                                 | #7330<br>078-251-5515                                      | 火曜～金曜（祝日、年末年始を除く）<br>9：30～11：30 / 13：00～15：30 |
|   | 労働<br>人付き合いがうまくいかない<br>仕事が見つからない<br>ステップアップしたい<br> | 兵庫労働局 総合労働相談コーナー   | 078-367-0850                                  |
| ひょうご・しごと情報広場 若者しごと倶楽部                       |  | 078-366-3731   | 月曜～金曜（祝日、年末年始を除く）<br>10：00～19：00              |
|   |  | 078-360-6216<br>(ミドル・シニア世代)                                |   |
| 兵庫障害者職業センター                                 |  | 078-881-6776   | 月曜～金曜（祝日を除く）<br>8：45～17：00                    |
| 法律等<br>法律相談<br>                             | 兵庫県弁護士会 総合法律センター（神戸相談所）                            | 078-341-1717   | 月曜～金曜<br>9：30～12：00 / 13：00～16：00             |
|   | 夜間法律相談（兵庫県弁護士会）                                    | 078-341-9600   | 第2・4日曜<br>17：00～21：00                         |
|   | 兵庫県司法書士会 総合相談センター                                  | 078-341-2755   | 月曜～金曜（祝日、年末年始を除く）<br>9：00～17：00               |



その他の相談窓口はこちらをご覧ください。



兵庫県 相談窓口一覧

