

(公 印 省 略)
三 健 第 193 号
令和8年9月1日

各 区 長 様

三木市健康増進課
課長 石原 享子

自殺予防週間啓発チラシ「あなたや大切な人のための相談窓口」
の回覧について(依頼)

初秋の候、ますます御清栄のこととお喜び申し上げます。

平素は、本市の自殺対策事業に対し、御理解と御協力を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、9月10日～16日の自殺予防週間に合わせまして、相談窓口一覧のチラシを作成いたしました。

つきましては、お忙しいところお手数をおかけしますが、チラシの全戸回覧について、御協力いただきますようお願いいたします。

記

- | | |
|---------|--|
| 1 送 付 物 | 自殺予防週間啓発チラシ
「あなたや大切な人のための相談窓口」 |
| 2 送付部数 | 貴地区の回覧部数 |
| 3 連 絡 先 | 健康増進課 健康政策係
〒673-0492
三木市上の丸町 10 番 30 号
電話番号 0794-82-2000 |

令和8年9月1日

課長 石原 享子

の回覧について(依頼)

初秋の候、ますます御清栄のこととお喜び申し上げます。

す。

作成いたしました。

御協力いただきますようお願いいたします。

記

「あなたや大切な人のための相談窓口」

貴地区の回覧部数

電話番号 0794-82-2000

(公印省略)
三健第193号
令和8年9月1日

各自治会代表者 様

三木市健康増進課
課長 石原 享子

自殺予防週間啓発チラシ「あなたや大切な人のための相談窓口」
の回覧について(依頼)

初秋の候、ますます御清栄のこととお喜び申し上げます。

平素は、本市の自殺対策事業に対し、御理解と御協力を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、9月10日～16日の自殺予防週間に合わせまして、相談窓口一覧のチラシを作成いたしました。

つきましては、お忙しいところお手数をおかけしますが、チランの全戸回覧について、御協力いただきますようお願いいたします。

記

- | | |
|---------|--|
| 3 送 付 物 | 自殺予防週間啓発チラシ
「あなたや大切な人のための相談窓口」 |
| 2 送付部数 | 貴地区の回覧部数 |
| 3 連 絡 先 | 健康増進課 健康政策係
〒673-0492
三木市上の丸町 10 番 30 号
電話番号 0794-82-2000 |

回覧

令和8年9月1日

各 位

三木市健康増進課
課長 石原 享子

自殺予防週間啓発チラシ「あなたや大切な人のための相談窓口」
について(ご案内)

初秋の候、ますます御清栄のこととお喜び申し上げます。

平素は、本市の健康増進事業に対し、御理解と御協力を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、このたび9月10日～16日の自殺予防週間に合わせまして、こころの相談をはじめとした各種相談窓口を掲載したチラシを作成いたしました。

ご自身や大切な人を守るために、ぜひ、ご覧ください。

問い合わせ先 健康増進課健康政策係
電話番号 0794-82-2000

あなたや大切な人のための相談窓口

ひとりで抱え込まないで
あなたの悩みや心配事を
聞いてくれる人がいます

市ホームページ
はこちら



相談窓口一覧

◆いのちの電話◆		
三木市こころの相談窓口	☎ 0794-89-2471	月火木金9:00～16:30(祝日、年末年始は除く)
よりそいホットライン (SNS相談可)	☎ 0120-279-338	毎日24時間
兵庫県のいのちと心のサポートダイヤル	☎ 078-382-3566	月～金18:00～翌8:30(土、日、祝日は24時間)
はりまいのちの電話	☎ 079-222-4343	毎日10:00～翌1:00
◆こころの健康相談◆		
三木市役所 健康増進課	☎ 0794-82-2000	月～金9:00～16:30(祝日、年末年始は除く)
加東健康福祉事務所 地域保健課 ※こころのケア・依存症の個別相談は予約制	☎ 0795-42-9367	月～金9:00～17:00(祝日、年末年始は除く)
◆高齢者・介護の相談◆		
三木市中央地域包括支援センター	☎ 0794-89-2337	月～金9:00～16:30(祝日、年末年始は除く)
三木市中央地域包括支援センター西部サブセンター	☎ 0794-83-0160	
三木市中央地域包括支援センター吉川サブセンター	☎ 0794-72-2222	
◆生活困窮の相談◆		
三木市役所 福祉課	☎ 0794-82-2000	月～金9:00～16:30(祝日、年末年始は除く)
三木市社会福祉協議会 相談支援課 権利擁護デスク	☎ 0794-82-4043	月～金9:00～17:00(祝日、年末年始は除く)
◆働く人の相談◆		
こころの耳電話相談 (SNS、メール相談可)	☎ 0120-565-455	月～金17:00～22:00 土日10:00～16:00(祝日、年末年始は除く)
◆こどものための相談窓口◆		
三木市子どもいじめ防止センター (メール相談可)	☎ 0794-82-8110	月～金 9:00～16:30(祝日、年末年始は除く)
チャイルドライン (SNS相談可)	☎ 0120-99-7777	毎日16:00～21:00 (12/29～1/3は休み)
ひょうごっ子悩み相談 (SNS相談可)	☎ 0120-0-78310	365日24時間 (SNSでも相談できます)
◆妊娠・出産・子育てに関する相談◆		
三木市役所 こども福祉課 こどもサポートセンター	☎ 0794-82-9910	月～金9:00～16:30(祝日、年末年始は除く)
◆ひきこもりに関する相談◆		
三木市役所 福祉課	☎ 0794-82-2000	月～金9:00～16:30(祝日、年末年始は除く)
◆不登校・ひきこもりに関する相談◆		
不登校・ひきこもり支援ネットワーク ほっぴ☆すてっぴ (三木市社会福祉協議会)	☎ 0794-83-0090	月～土8:30～17:15(祝日、年末年始は除く)