

眠れない、食欲がないなど、自分でも自覚できる困りごとがあるときは、専門医の診察やカウンセリングを受けてみましょう。
※医療機関がわからないときは、豊川保健所または
精神科救急医療情報センター（電話：052-681-9900
24時間対応）にご相談ください。

スマホ・パソコンなどから
相談窓口を探すことができます



または

あいち相談窓口ナビ

検索



その悩み、
ひとりで抱え込まず、
話してみませんか



子育て、障がい、介護、生活、お酒などつらい思いや不安を
ひとりで抱えこまず、だれかに話してみることも大切です。

豊川保健所 健康支援課 電話：0533-86-3626
午前9時～午後4時（正午～午後1時はお休み）
蒲郡市役所 福祉課 電話：0533-66-1106
午前8時30分～午後5時15分

あいちこころのサポート相談(SNS相談)



月～土：20時～24時
日：20時～翌8時

あいちこころ
ほっとライン365

TEL052-951-
2881

毎日
午前9時～午後4時30分

名古屋いのちの電話

TEL052-931-
4343

毎日 24時間

よりそいホットライン

（暮らしの悩みごと、悩みを聞いてほしい方、DV、外国語による相談など）

TEL
0120-279-
338

毎日 24時間
電話代無料

ビフレンダース
あいち自殺防止センター

TEL052-870-
9090

毎週金曜日（年中無休）
午後8時～午後11時

ビフレンダース
東京自殺防止センター

TEL
03-5286-
9090

月水金土日：午後8時～翌5時30分
火：午後5時～翌5時30分
木：午後8時～翌2時30分

名古屋ダルク
（アルコール・薬物依存でお悩みの方）

TEL
052-915-
7284

毎日
午前9時～午後4時30分

NPO法人 自殺対策支援センター
ライフリンク（SNS相談）

LINE@yorisoi-chat

Web@yorisoi-chat

