

プライバシーを
守り、どんな相談も
お受けします



こころの健康相談

相談内容	からだがだるい、眠れない、イライラする… こころの健康が気になるときに
場所	茨木市保健医療センター ●〒567-0031 茨木市春日三丁目13番5号 ☎072-625-6685 〈時間〉平日、9時~16時
交通のご案内	徒歩でお越しの場合 JR茨木駅から…… 徒歩10分 阪急茨木市駅から…… 徒歩20分
	バスでお越しの場合 JR茨木駅・阪急茨木市駅から阪急バスに乗り、 「保健医療センター前」で下車
	お車でお越しの場合 施設内の有料駐車場をご利用ください 府道大阪高槻京都線「弁天下」交差点を東へ約400メートル先の左側

生活全般の相談支援

相談内容	子育て、家族、健康、就職や進学、ひとり親、人権に関すること等 どんなお悩みでも				
場所	豊川 いのち・愛・ゆめ センター ●茨木市豊川 4-4-28 ☎072-643-1470	沢良宜 いのち・愛・ゆめ センター ●茨木市沢良宜浜 3-12-19 ☎072-635-7667	総持寺 いのち・愛・ゆめ センター ●茨木市総持寺 2-5-36 ☎072-626-5660		
	<table border="1"> <tr> <td>総合生活相談 月~土、9時~17時 (祝日・年末年始を除く)</td> <td>●お仕事じっくり相談会 ●暮らし設計支援相談 詳細は各いのち・愛・ゆめセンターへ お問い合わせください</td> <td>予約制 月1回</td> </tr> </table>			総合生活相談 月~土、9時~17時 (祝日・年末年始を除く)	●お仕事じっくり相談会 ●暮らし設計支援相談 詳細は各いのち・愛・ゆめセンターへ お問い合わせください
総合生活相談 月~土、9時~17時 (祝日・年末年始を除く)	●お仕事じっくり相談会 ●暮らし設計支援相談 詳細は各いのち・愛・ゆめセンターへ お問い合わせください	予約制 月1回			
その他の相談					
夜間相談	予約制、17時~20時または21時 ☎072-643-1470 ☎072-648-7980 ☎072-626-5660				

相談窓口の利用の流れ

利用したことがない

利用していたことがある

- おもな相談内容は
なんですか？
- 該当する相談先は
ありますか？

- 担当者へ心配事を
伝えてください。



相談窓口へ連絡する

- 「誰が」「いつ頃から」「どのようなことで」
困っているかを伝えてください。
- 連絡した相談窓口で対応できるかどうか
を確認してください。

確認しておいた方がよい項目

- 相談方法は？(電話、面接、メールなど)
- 相談費用はいくら？
- 窓口はいつ・どこで・だれ？
(受付時間、場所、担当者名など)

相談場所に困った場合には
茨木市保健医療センター(健康づくり課)に
ご相談ください ☎072-625-6685

リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の
紙へリサイクルできます。



茨木市自殺対策ネットワーク連絡会

こころ iNFORMATION

Ibaraki City



不安



不眠



憂うつ



友だち



こころ



家族



就労



相談先



生活・経済

一人で悩んでつらい時、
聴いてもらえるところ、
ありますよ。



茨木市



こころの病気や生きるのがつらい等の悩み

1. こころの健康相談統一ダイヤル

Tel 0570-064-556

●平日9時30分～17時、18時30分～22時30分

22時
まで
受付

2. 関西いのちの電話

Tel 06-6309-1121 ●365日24時間

3. 大阪府茨木保健所

Tel 072-624-4668 ●平日9時～17時45分

4. 菜の花 障害者相談支援センター

Tel 072-621-7305 ●平日、第1・3土、9時～17時

経済的な生活の悩み

1. 暮らしサポートセンターあすてっぷ茨木

Tel 072-655-2752 ●平日9時～17時

2. 福祉総合相談課

Tel 072-655-2758 ●平日9時～17時

働くことの悩み

1. 茨木市就職サポートセンター

Tel 072-620-1620 ●平日8時45分～17時15分

2. 働く人の「こころの耳電話相談」

Tel 0120-565-455 ●月・火17時～22時、
土・日10時～16時



●SNS、メール相談はこちらから →

男女別の悩み相談

男女共生センター ローズWAM

1. 女性電話相談

Tel 072-621-0892

●月・水・木・金・土(祝日除く)10時～16時

2. 男性のための電話相談

Tel 072-620-9920

●第3・4水 18時30分～21時30分

こころの相談窓口

自死遺族の悩み

1. 水曜日のつどい(横山・渡辺クリニック)…第3水曜日開催

国際ビフレンズ大阪自殺防止センター事務局

Tel 06-6260-2155 ●火・水・金・土10時～17時

2. 自死遺族相談(大阪府こころの健康総合センター)

Tel 06-6691-2818 ●平日9時～17時45分

妊産婦・子育ての悩み

1. 子育て世代包括支援センター(こども健康センター)

Tel 072-621-5901

●平日9時から17時

2. こども相談室(子育て相談)

Tel 072-624-0961

●平日10時から16時

ひとり親家庭の悩み

1. こども政策課(ひとり親相談)

Tel 072-620-1625 ●平日9時～17時

中学生から39歳の悩み

ユースプラザ(相談は要予約)

ユースプラザEAST「ちょい(choi)」

●総持寺2-5-36 Tel 072-628-6993
(火・水・木・金・土)

ユースプラザWEST「いばらきLOBBY」

●豊川5-10-28 Tel 080-9607-5051
(水・木・金・土)

ユースプラザCENTER「エント」

●元町4-7(9時～16時)
●上中条2丁目11-22(17時～21時)
Tel 080-1521-4624(水・木・金・日)

ユースプラザNORTH「プラザ あい」

●南安威2 Tel 072-655-1821
(火・木・金・土)

ユースプラザSOUTH

「ベンポスタ・ぱーちスペース」
●沢良宜浜3-11-13
Tel 072-655-3761(月・水・金・土)

★詳細はこちら →



どこに相談してよいか分からない場合

●どこ聞こBOOK



●茨木市HPで検索

相談



夜間・休日救急診療

医療機関が診療を行っていない夜間・休日において、急に診療が必要になった場合

おおさか精神科救急ダイヤル

Tel 0570-01-5000

●平日17時～翌9時

●土・日・祝日・年末年始 朝9時～翌朝9時

※すでに医療機関を受診している方は、まず、かかりつけ医療機関に、時間外の診療に対応しているかどうかお問合せください。

SNS相談

●厚生労働省HP
SNS 相談



新型コロナウイルス

●大阪府こころの
ほっとライン

