

保健所等の相談

専門医によるこころの健康相談 **予約制**

ストレスや心の病について、ご本人や家族・関係者からの相談を受けています。

場 所	日 程
中央保健センター	ホームページをご覧ください ※祝日や天候の理由で日程を変更することがあります
中央保健センター北分室	
南保健センター	
西保健センター	



アルコール問題相談 **予約制**

アルコール依存症などのアルコール問題について、保健センター職員と断酒会の会員が相談を受けています。

場 所	日 程
中央保健センター	ホームページをご覧ください ※祝日や天候の理由で日程を変更することがあります
南保健センター	
西保健センター	



各相談のご予約はご希望の場所の保健センターか、保健所健康課へ申し込みください。

思春期保健の相談

思春期の体や心のこと、性のことなどについて、専門職が相談を受けています。

こどもの未来健康支援センター「みらいえ」

月～金曜 9:00～19:00 **TEL079-263-7863**
日出町三丁目3番地

保健センター等の所在地

保健センター・保健センター分室の精神保健福祉相談員・保健師が、電話や来所面接による相談を受けています。必要に応じて、訪問も行います。

対象エリアの確認はこちら

※面接を希望の場合は、事前に電話をしてください。
月～金曜 9:00～17:00



- **中央保健センター**
坂田町3番地 保健所4階 **TEL079-289-1654**
- **中央保健センター北分室**
砥堀428番地 **TEL079-265-3075**
- **中央保健センター安富分室**
安富町安志1151番地 安富事務所内 **TEL0790-66-2921**
- **南保健センター**
飾磨区細江2655番地 飾磨支所隣 **TEL079-235-0320**
- **南保健センター家島分室**
家島町宮2169番地 **TEL079-325-1428**
- **西保健センター**
広畑区正門通三丁目2番地2 **TEL079-236-1473**

大切なあなたのいのちを守るために

つらい気持ちを話したい、相談する相手がない時にお話を聞いています。

はりまいのちの電話 **TEL079-222-4343**
毎日 10:00～翌1:00

兵庫県いのちと心のサポートダイヤル
月～金曜 18:00～翌8:30 **TEL078-382-3566**
土・日・祝 24時間

LINE 公式アカウント「いのち支える兵庫県」

友だち登録した方に、相談窓口の情報やLINE電話相談の案内が届きます。



こころのケア

しおり

保健所では、市民の皆様の心の健康の相談に応じています。お気軽にご利用ください。



● お問い合わせ

保健所健康課 精神保健担当 **TEL079-289-1645**
FAX079-289-0210

姫路市坂田町3番地

ホームページ **姫路市保健所** **検索**

障害福祉の相談

障害福祉の相談 地域相談窓口「ひめりんく」

障害のある方の自立支援を目的とした地域の相談窓口です。必要な制度や関係機関の紹介、相談内容に応じた情報提供や助言を行います。

月～金曜9:00～16:00

名称	場所・電話番号
北部ひめりんく	お住まいの地域の担当 ひめりんくをホームページ でご確認ください 
西部ひめりんく	
東部ひめりんく	
中央ひめりんく	
南西部ひめりんく	

障害福祉課

自立支援医療や各種支援・サービスに関する申請窓口です。
月～金曜9:00～17:00 **Tel079-221-2454**
安田四丁目1番地 市役所1階

精神障害者の家族会

NPO法人姫路市精神保健福祉連合会(ひめかれん)

精神障害者の家族と支援者による団体です。本人や家族が抱える悩みや苦しみに、専門職や同体験をした相談員が相談を受けています。家族同士の「かたらいの場」も開設しています。

※事前に連絡のうえ、来所してください。
月～金曜 10:00～15:00 **Tel079-269-9034**
安田三丁目1番地 姫路市総合福祉会館3階

生活困窮などの相談

くらしと仕事の相談窓口

生活に困っている、仕事が見つからない、働いたことがなく就職が不安など、仕事探しや暮らしの困りごとの相談を受けています。

月～金曜9:00～12:00、13:00～17:00 **Tel079-280-2301**
安田三丁目1番地 姫路市総合福祉会館2階

法律に関する相談

相続、夫婦・親子、金銭貸借、交通事故等の相談を受けています。
法律相談(市民相談センター) Tel079-221-2102

内容	日時	場所
弁護士 の相談 予約制	火曜～金曜 9:30～11:30	安田四丁目1 市役所1階

労働・雇用の相談

労働相談(労働政策課) Tel079-221-2094
解雇、賃金、就業条件等、労働問題の相談を受けています。

内容	日時	場所
弁護士や社会保 険労務士の相談	第1・3木曜 9:30～11:30 (当日受付9時～11時先着6名)	安田四丁目1 市役所1階 市民相談センタ-

雇用相談(労働政策課) Tel079-221-2094
就職に関するアドバイス等、雇用相談に応じます。※職業の紹介は
行っていません

内容	日時	場所
雇用アドバイザーの 相談	月～木曜 9:00～12:00、13:00～17:00	安田四丁目1 市役所9階

女性・男性・性的少数者の相談

夫婦・家族等の悩みや問題などの相談を受けています。

女性のための相談室(男女共同参画推進センター“あいめっせ”)

内容	日時	電話
電話相談	火・水・金曜 10:00～12:00、13:00～17:00	Tel079-287-0801
面接相談 予約制	火～土曜 10:00～12:00、13:00～17:00	Tel079-287-0807
法律相談 予約制	第2火曜 13:30～15:30 ※面接相談を利用のうえでの予約	

男性のための電話相談(男女共同参画推進センター“あいめっせ”)

内容	日時	電話
電話相談	第2火曜 17:00～19:00	Tel079-287-0804

配偶者暴力(DV)相談支援センター

月～金曜 9:00～17:00 **Tel079-221-1532**

兵庫県LGBT電話相談

土曜 18:00～21:00 **Tel050-3637-7521**

依存症の相談

ひょうご・こうべ依存症対策センター

アルコール・薬物・ギャンブルなど、依存症専門の相談窓口です。
火～金曜 9:30～11:30、13:00～15:30
Tel#7330 または **Tel078-251-5515**

依存症の自助グループ(本人・家族の集まり)

依存症から回復した人達や家族の話の聞いたり、相談ができます。

■姫路断酒会(例会)		アルコール
支部	日時	会場
中央支部	木曜 18:50～20:40	花の北市民広場
南支部	金曜 18:50～20:40	飾磨分館(図書館)
広畑支部	第4火曜 14:00～16:00	西保健センター

〈窓口〉姫路断酒会 **Tel090-5018-3020**

■姫路しらすぎ断酒会(例会)		アルコール
日時	会場	
水曜 19:00～20:30	飾磨市民センター	

〈窓口〉姫路しらすぎ断酒会 **Tel090-1962-4582**

■AA(アルコールリクス・アノニマス)		アルコール
グループ	日時	会場
姫路	第1・3・5金曜 19:00～20:00 (女性本人のみ第3土曜10:30～11:30)	カトリック姫路教会

〈窓口〉AA関西セントラルオフィス **Tel06-6536-0828**

■NA(ナルコティクス・アノニマス)		薬物
グループ	日時	会場
姫路	第1・3水曜 19:00～20:00	カトリック姫路教会

〈窓口〉NA関西エリア **Tel080-5703-4121**

■ギャンボン		ギャンブル
グループ	日時	会場
姫路	土曜 17:15～19:00	すこやかセンター
姫路しらすぎ	火曜 14:00～15:30	西市民センター

〈窓口〉ギャンボン姫路 gam.himeji@gmail.com
ギャンボン姫路しらすぎ gam.shirasagi@gmail.com

■ダルク		ギャンブル・薬物・アルコール
内容	日時	会場
出張無料家族相談 予約制	第1火曜 13:00～16:30	姫路アディクション サポートセンター

〈窓口〉神戸ダルク **Tel078-224-4244**