



主な内容

- ③ たまろくとウィーク ～5市の魅力発見～
- ④ 【新コラム】 市民と歩んだ清瀬駅の100年
- ⑤ 長寿を祝って 敬老祝金を支給・敬老大会を開催
- ⑤ シニアしっとく講座

発行：清瀬市 編集：経営政策部シティプロモーション課 〒204-8511 清瀬市中里五丁目842 ☎ 042-492-5111 (代表) FAX 042-492-2415 メール：kouhou@city.kiyose.lg.jp

生かしていることがつらいときなど、相談できる窓口があります

ひとりで悩んでいませんか？



話してみよう 糸口見つかるから

こころの悩みなどについての特別電話相談

つらいと感じたときや身近に心配な方がいる場合など、下記の相談窓口をご利用ください。いずれも相談料は無料です。
※通話料・通信料がかかります。0570で始まるナビダイヤルは、携帯電話の無料通話、かけ放題プラン等の対象外です。

◆こころの悩みなどの相談

フリーダイヤル特別相談

☎0120-58-9090 (9月5日(火)まではフリーダイヤル特別相談)

☎03-5286-9090 (通常相談)

☎毎日午後8時～翌午前2時30分(月曜日＝午後10時30分～、火曜日＝午後5時～)

【実施機関】NPO法人国際ビフレンダーズ 東京自殺防止センター

有終支援いのちの山彦電話－傾聴電話－

☎03-3842-5311

☎9月の火・水・金・土・日曜日と祝日の正午～午後8時

※9月以外は毎週火・水・金・土曜日の正午～午後8時。

【実施機関】NPO法人有終支援いのちの山彦電話

自殺予防いのちの電話

☎0120-783-556

☎9月1日(金)～30日(土)午後4時～9時(10日(日)のみ午前8時～翌午前8時)

【実施機関】(一社)日本のいのちの電話連盟

東京都自殺相談ダイヤル ～こころといのちのほっとライン～

☎0570-087478

☎9月10日(日)～14日(木)各日24時間

※通常は毎日正午～翌午前5時30分です。

【実施機関】東京都(NPO法人メンタルケア協議会)

◆自死遺族のための電話相談

自死遺族傾聴電話

☎03-3796-5453

☎9月5日(火)～8日(金)午前11時～午後4時

※通常は毎週火・木・土曜日の午前11時～午後4時です。

【実施機関】NPO法人グリーンケア・サポートプラザ

自死遺族相談ダイヤル

☎03-3261-4350

☎9月11日(月)～13日(水)午前10時～午後8時

※通常は毎週木曜日午前10時～午後8時と日曜日午前10時～午後6時です。

【実施機関】NPO法人全国自死遺族総合支援センター

