



きょうほっとあした

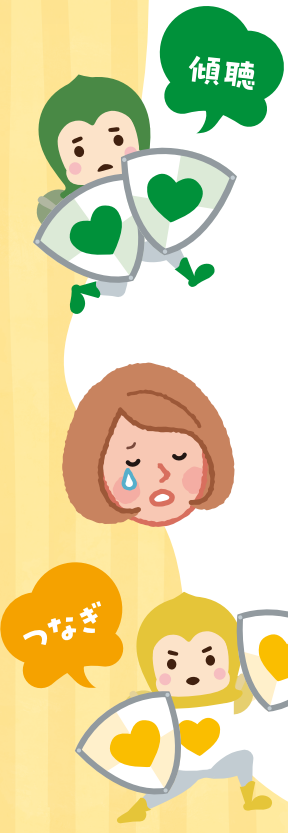
くらしと こころの 総合相談会

話せる誰かがここにいます。
いっしょに考えましょう。

対面相談

Zoomオンライン相談

どちらかで利用が可能です。



相談無料

相談時間は
1枠につき**40分**

事前予約
(先着順)

事前予約は
各実施日の**10日前**から

学生または初めてのご相談の方に限り、
原則3週間前から予約可能です。

弁護士・司法書士、僧侶、心理士、保健師、産業カウンセラー、
自死遺族サポーターの6名の相談員の中から
あなたのご希望の相談員がお話をお聴きします。
ご家族や大切な人のご相談にも応じます。
秘密厳守いたしますので、安心してお話しください。

年間利用回数は、お1人4回まで

手話通訳あり

お申込みは裏面をご覧ください ▶

自殺予防週間

9/10~16

自殺対策強化月間

3/1~31

今すぐ相談したい方はこちらの二次元コード
または下記URLに掲載している窓口へご連絡ください。

こころの
相談窓口



今すぐ相談する

<https://kyoto-kokoro.org/help/>

われらは京都市ゲートキーパーズ

お友達
募集



こころの健康に役立つ情報を随時、お届けします!

手話通訳が必要な方は、裏面の申込終了日までに京都市こころの健康増進センター (FAX: 075-314-0504) にお申し出ください。

京都市こころの健康増進センター

問合せ

TEL: 075-314-0355
Fax: 075-314-0504



Facebook

<https://www.facebook.com/kokorohotot>



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS



発行所管課名: 京都市こころの健康増進センター相談援助課
京都市印刷物第080478号 発行年月: 令和8年4月

〈主催〉京都市 〈後援〉京都市自殺総合対策連絡会 〈協力機関〉京都弁護士会・京都産業保健総合支援センター・こころのカフェ きょうと・京都司法書士会・京都自死・自殺相談センター



対面またはオンライン相談のどちらかでご利用が可能です。

- | | | | |
|--|--|---|--|
| 弁護士・司法書士へのくらしの相談
・借金問題
・収入が少なく生活が苦しい
・離婚や相続のこと 等 | 僧侶へのいのちの相談
・生き方がわからない
・お墓や死後のこと 等 | 心理士へのこころの相談
・不安や緊張が続く
・ギャンブルやアルコールへの依存
・気分の落ち込み 等 | 保健師へのからだところの相談
・自分や家族のこころとからだのこと
・育児・介護 等 |
|--|--|---|--|

- | | |
|---|---|
| 産業カウンセラーへの相談
・休職・復職
・ハラスメント
・職場の人間関係の悩み 等 | 自死遺族サポーターへの相談
・親しい人をなくされた方
・遺族の悲しみ、つらさ、こころの寂しさ 等
※6月、9月、11月、1月、3月のみの開催です。 |
|---|---|

対象者：京都市内在住または市内に通勤・通学している方
 ＊時間、相談員をかえて、最大2枠まで事前予約できます。
 同じ内容での複数回の相談はご遠慮ください。
 ＊長期にわたるご利用はご遠慮ください。
年間利用回数はお1人4回までです。

平日相談 相談時間／午後2時～午後7時 申込／京都いつでもコール

相談会場／**京都府立総合社会福祉会館（ハートピア京都）**

開催日	申込開始		申込終了
	学生または初めてのご相談	左記以外の方	
令和8年 5月26日(火)	※5月1日(金)	5月16日(土)	5月21日(木)
6月23日(火)	6月2日(火)	6月13日(土)	6月18日(木)
8月25日(火)	8月4日(火)	8月15日(土)	8月20日(木)
10月27日(火)	10月6日(火)	10月17日(土)	10月22日(木)
11月24日(火)	※10月30日(金)	11月14日(土)	11月19日(木)
12月22日(火)	12月1日(火)	12月12日(土)	12月17日(木)
令和9年 1月26日(火)	1月5日(火)	1月16日(土)	1月21日(木)

<住所>
〒604-0874 京都市中京区清水町375
 <交通>
 ・地下鉄烏丸線「丸太町駅」下車⑤出口
 ・京都市バス、京都バス、JRバス「烏丸丸太町」下車 烏丸通を南へ



※3週間前の受付開始日が閉庁日または閉庁日翌日の場合、前後の日程に変更

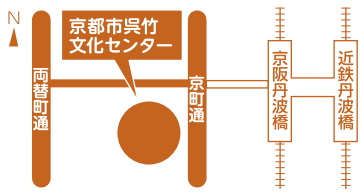
土曜相談 相談時間／午後1時～午後5時 申込／京都いつでもコール

相談会場／**京都市呉竹文化センター**

開催日	令和8年 9月12日(土)	
申込開始	学生または初めてのご相談	※8月21日(金)
	上記以外の方	9月2日(水)
申込終了	9月9日(水)	

※3週間前の受付開始日が閉庁日または閉庁日翌日の場合、前後の日程に変更

<住所>
〒612-8085 京都市伏見区京町南7-35-1
 <交通>
 ・近鉄電車「近鉄丹波橋駅」下車
 ・京阪電車「丹波橋駅」下車
 ・市バス「西丹波橋」下車 西口前
 ・市バス「板橋」下車

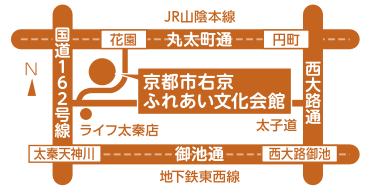


相談会場／**京都市右京ふれあい文化会館**

開催日	令和9年 3月13日(土)	
申込開始	学生または初めてのご相談	※2月19日(金)
	上記以外の方	3月3日(水)
申込終了	3月10日(水)	

※3週間前の受付開始日が閉庁日または閉庁日翌日の場合、前後の日程に変更

<住所>
〒616-8065 京都市右京区太秦安井西裏町11-6
 <交通>
 ・地下鉄東西線「太秦天神川駅」下車 1番出口より800m
 ・市バス「右京ふれあい文化会館前」下車



会場へは地下鉄等、公共交通機関をご利用ください



事前予約 (先着順)

Tel: 075-661-3755
 Fax: 075-661-5855
 京都いつでもコール

年中無休
8:00～21:00
＊おかけ間違いにご注意ください。



問合せ：京都市こころの健康増進センター TEL:075-314-0355 Fax:075-314-0504
 オンライン相談：ご予約は、いつでもコールウェブサイトからお願いします。パソコン・スマートフォン等の通信機器と通信環境のご準備をお願いします。