

つながぎ

適切な相談機関につなげる

適切な相談機関につなげる

問題を解決する方法を知らずに死を選んでしまうほど残念なことはありません。それぞれの悩みに応じた相談先を紹介しましょう。



こころの悩み

豊橋市保健所 ☎0532-39-9145 月曜～金曜(祝日・年末年始除く) / 9:00～17:00
あいちこころほっとライン365 ☎052-951-2881 毎日 9:00～16:30 (愛知県精神保健福祉センター)

借金・生活苦の悩み

多重債務や返済が困難な借金についての相談

豊橋市役所 安全生活課 ☎0532-51-2305
月曜～金曜(祝日・年末年始を除く) / 10:00～正午、13:00～16:30

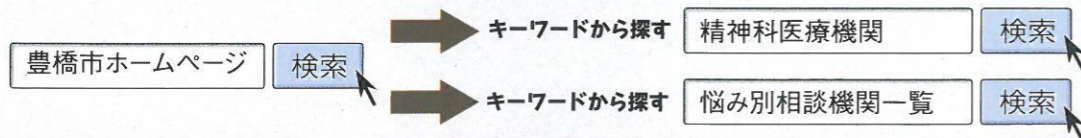
生活困窮に関する相談

豊橋市役所 生活福祉課 ☎0532-51-2313 月曜～金曜(祝日・年末年始を除く) / 8:30～17:15

相談内容別の詳しい紹介先は豊橋市ホームページを参考にしてください。

<相談機関一覧>

豊橋市内の精神科医療機関・悩み別相談機関の一覧は



見守り

温かく寄り添いながら見守る

温かく寄り添いながら見守る

つらい気持ちを抱えている人にとって「いつも温かく見守られている」という安心感は何よりも必要です。



- まずは「あいさつ」
- 心配しすぎは無用です。普段どおりに接しましょう。
- 相談先を紹介した後、「もしよければ、その後どうなったか教えて。」等一言添えてあげてください。

<リーフレットに関するお問い合わせ>

豊橋市保健所 健康増進課 ● 豊橋市中野町字中原100番地

TEL:0532-39-9145

(平成26年度 地域自殺対策緊急強化基金事業)



こころの健康相談のてびき

かけがえのない大切な命のために
私たちにできることから始めませんか?

- 気づき ● 相談者、家族、仲間の変化に気づいて声をかける
- 傾聴 ● 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける
- つながぎ ● 適切な相談機関につなげる
- 見守り ● 温かく寄り添いながら見守る

豊橋市保健所健康増進課