

自殺防止！東京キャンペーン

“自殺の悩み”特別相談週間

(平成22年3月)

東京都では、自殺を考えるなどの心の悩みを持つ方や、身近な家族等を自殺により亡くした方などに対して、特別相談を実施します。

自死遺族相談ダイヤル

3月10日(水)～12日(金)

10時～22時

03-5206-5063

※自殺で家族等を亡くされた方の電話相談です。

自殺予防いのちの電話

(フリーダイヤル)

3月10日(水)

8時～翌朝8時

0120-738-556

24時間特別相談

(東京自殺防止センター)

3月13日(土)、14日(日)

6時～翌朝6時

03-5286-9090

多重債務110番

(東京都消費生活総合センター)

3月8日(月)、9日(火)

9時～16時

03-3235-1155

【連携事業】

相談窓口 ころろといのちの相談・支援 東京ネットワーク

～さまざまな機関が連携・協力して、自殺予防に取り組んでいます～

- ・心の病気や悩みに関する相談 各精神保健福祉センターや保健所で相談を実施しています。また、お住まいの区市町村の精神保健相談窓口でも受け付けています。
- ・東京都夜間ころろの電話相談 TEL03-5155-5028 17時～21時30分
- ・東京都生活再生相談窓口 TEL03-5565-1195 9時30分～18時(月～金)
(多重債務者生活再生事業)
- ・TOKYO チャレンジネット TEL0120-874-225 10時～17時(月・水・金・土)、
10時～20時(火・木)
- ・東京都若者総合相談(・あ・) / 若ナビ TEL03-3267-0808 11時～20時(月～土)
- ・いじめ相談ホットライン TEL03-5800-8288 [24時間]
- ・ひきこもりサポートネット TEL042-329-6677 10時～17時(月～金)
- ・東京いのちの電話 TEL03-3264-4343 [24時間]
- ・東京多摩いのちの電話 TEL042-327-4343 10時～21時、第3(金)・(土)は24時間

東京都福祉保健局保健政策部保健政策課
電話 03-5320-4310