



このようなことで、悩んでいませんか？
お話しすることで問題解決の糸口がみつかるかもしれません。



なんとなく心や体が重たい、つらい

◎精神保健福祉センター 0952(73)5060

◎保健福祉事務所

佐賀中部保健福祉事務所 0952 (30) 1691
鳥栖保健福祉事務所 0942 (83) 3579
唐津保健福祉事務所 0955 (73) 4187
伊万里保健福祉事務所 0955 (23) 2101
杵藤保健福祉事務所 0954 (22) 2105

◎佐賀県子ども・若者総合相談センター 0952 (97) 8246

生きていることが
つらい、消えてしま
いたいと思ったら

◎佐賀県自殺予防夜間相談電話
0120(400)337 (毎日 23:00~5:00)
◎佐賀いのちの電話 0952 (34) 4343



2023 年 7 月現在 精神保健福祉センター作成

家族や友達、学校、進路などの悩み

◎いじめホットライン

(小・中・高校生及び保護者)

0952 (27) 0051

◎こどもの人権 110 番

0120 (007) 110

◎24 時間子供 SOS ダイアル

0120 (078) 310

◎心のテレホン (小・中・高校生及び保護者)

0952 (30) 4989

◎ヤングテレホン

0120 (29) 7867

365 日 24 時間



365 日 24 時間



性に関する相談

性被害にあったら
すぐに！

◎性暴力救援センター・さが さが mirai

0952 (26) 1750

◎アバンセ女性総合相談

0952 (26) 0018

◎アバンセ男性総合相談

080 (6426) 3867

◎LGBT に関する相談

090 (1926) 8339

◎LINE、チャットでも
相談ができます



ひとりで悩んでいませんか？

誰にも知られず話せる場所があります

