



このようなことで、悩んでいらっしゃいませんか？  
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

## 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  
◎子供の人権 110 番 0120(0007)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



### ◎市町

市町においても「心の健康」  
についての支援を行っていま  
す。各市町の保健センター等に  
お尋ねください。

## 性に関する相談

性被害にあつた  
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



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

