

各種相談(無料)

日 実施日、時間 場 面談など相談場所 相 電話で相談できる電話番号 問 問合せ先 申 申し込み先

就労

無料就労出張相談(予約が必要) 15歳～49歳の就労を希望する人や、その保護者を対象とした相談	日 場 第2金曜日13時～16時 総合福祉センター	問 あかし若者サポートステーション ☎078-915-0677
若者就職相談 15歳～49歳の就労を希望する人や、その保護者を対象とした相談	日 場 月～土曜日(祝日は除く)9時～17時 あかし若者サポートステーション 場 サテライト播磨(加古川)	問 あかし若者サポートステーション ☎078-915-0677 問 サテライト播磨(加古川) ☎079-423-2355

総合福祉センターでの各種相談

福祉の総合相談窓口	日 場 月～金曜日9時～17時(受付時間) 総合福祉センター	問 総合福祉センター総合相談窓口 ☎079-430-6000
障がい者相談員による相談 同じような悩みや経験をしている人に相談したい人のために、障害のある人またはその家族が相談を伺います	『ぴあさろん』知的・発達・精神障がい者相談 日 場 3月10日(火)13時30分～15時 総合福祉センター 身体障がい者(児)相談(予約が必要) 日 場 月～金曜日9時～17時(電話受付時間) 総合福祉センター	
生活困窮など相談(予約が必要) 家賃が払えない、生活できないなど生活の困りごとの相談を伺います	日 場 月・木曜日(祝日を除く)10時～16時 総合福祉センター	申 問 総合福祉センター総合相談窓口 ☎079-430-6000
ひきこもり相談(予約が必要) ひきこもり状態にある本人またはその家族に対して、個別の状況に応じた相談を伺います	日 場 3月10日(火)13時～17時[50分×4枠] 総合福祉センター	
ひきこもり家族の会 同じ悩みを抱える家族が集い、不安や悩みを共有する場です。日々感じていることを話してみませんか	日 場 4月14日(火)13時～15時 総合福祉センター	
成年後見相談(予約が必要) 社会福祉士の資格をもつ専門家が相談に応じます	日 場 3月12日(木)13時30分～15時 総合福祉センター	申 問 成年後見センター ☎079-435-8801

播磨町社会福祉協議会での各種相談

心配ごと相談	日 場 3月3日(火)、17日(火)13時～15時 福祉しあわせセンター	問 播磨町社会福祉協議会 ☎079-435-1712
---------------	--	--------------------------------------

人権

困りごと相談 播磨町人権擁護委員がご相談を伺います	日 場 3月12日(木)、26日(木)13時～15時 福祉しあわせセンター	問 播磨町社会福祉協議会 ☎079-435-1712
人権相談(常設相談)	日 場 月～金曜日(祝日を除く)8時30分～17時15分 神戸地方法務局加古川支局	問 神戸地方法務局加古川支局 ☎0570-003-110 (全国共通ナビダイヤル)
播磨町人権ホットライン 不当な差別的取り扱いについての相談を伺います	日 場 月～金曜日(祝日を除く)9時～17時	問 人権推進室 人権やさしいダイヤル ☎079-490-8341

ポリテクセンター加古川 **受講者募集説明会** 日 3月13日(金)13時～15時(予定) 場 ポリテクセンター加古川 **対** 職業訓練を受けて再就職を希望する人 **定** 30人 **内** 溶接板金加工科、住宅リフォーム技術科、CAD/機械加工科(導入講習付き)の各科説明・施設見学 **費** 無料 **問** ポリテクセンター加古川 ☎079-431-2517

各種相談(無料)

日 実施日、時間 場 面談など相談場所 相 電話で相談できる電話番号 問 問合せ先 申 申し込み先

法律・暮らし

法律相談(予約が必要) 弁護士による相談(30分程度)	日 場 3月3日(火)、17日(火)10時～12時 3月11日(水)、25日(水)17時～19時 総合福祉センター	申 電話での予約はできません。総合福祉センター窓口で申込書に記入をお願いします。月～金曜日(祝日を除く)9時～17時 問 予約に関する問い合わせ 総合福祉センター ☎079-430-6500 問 それ以外の問い合わせ 協働推進課住民協働係 ☎079-435-2364
行政相談	日 場 3月23日(月)9時30分～11時30分 中央公民館 直接、お越しください	問 協働推進課住民協働係 ☎079-435-2364
休日納付相談	日 場 第4日曜日9時～12時 債権管理課③窓口 休日のため、中央公民館側通用口を利用して、直接、お越しください	問 債権管理課 ☎079-435-0348
税理士会の税務相談(予約が必要)	日 場 火曜日13時30分～16時30分 加古川税理士会館	申 近畿税理士会加古川支部 ☎079-421-1144
不動産無料相談(4日前までに予約が必要) 不動産取引、空き家など不動産全般の相談	日 場 第2・第4火曜日13時～15時 兵庫県宅建協会加古川支部(加古川市野口町良野410-1)	申 兵庫県宅建協会加古川支部 ☎079-424-0832
住宅相談(予約が必要) 耐震診断、耐震改修など住まいに関する相談(1時間程度)に専門家である建築士がお答えします	日 場 随時(相談員との調整で決定します)	申 都市計画課建築土地利用係 ☎079-435-2366 毎週月～金曜日(祝日を除く)、9時～17時(12時～13時を除く)
消費生活相談 専門の相談員が相談に応じます。対面でも電話でも相談できます	日 場 月～金曜日(祝日を除く)9時～12時、13時～16時 産業環境課産業経済係⑦番窓口	申 問 播磨町消費生活センター ☎079-435-1999
司法書士による多重債務相談(予約が必要)	日 場 第2木曜日13時30分～15時30分 中央公民館第1研修室	申 問 播磨町消費生活センター ☎079-435-1999
税務相談(予約が必要) 商工業者のための税務相談	日 場 第1金曜日13時～15時 ※相談日が変更になる場合があります。お問い合わせください。 播磨町商工会館	申 問 播磨町商工会 ☎079-435-1630

こころの悩みや心配をひとりで抱えないで

3月は「自殺対策強化月間」です。播磨町では、すべてのいのちをみんなで支えることを目指しています。職場で「いつもならできることができない」「いつもならないようなミスが続く」場合、こころの不調が疑われるかもしれません。「いつもと違うな」と周囲の人が気付いた時、「疲れている?」「眠れている?」などとそっと声をかけ、相手の話には耳を傾けてください。

2週間以上続く不眠は、うつ病の恐れがあります。「疲れていても眠れない日が続く」、また「今まで楽しめていたことが、楽しめない」場合は、早めに医療・専門機関へ相談してください。周囲の人は少し勇気を出して相談をすすめてください。

こころの体温計(本人モード)
 ご本人の健康状態や人間関係、住環境などの4択式の質問13問に回答していただき、ストレス度や強さの目安が、水筒の中でよく空筒、満などの色になって表示されます。

【あせ病】自分の健康などのストレス
 【あせ病】自分や周囲の健康などのストレス
 【あせ病】自分や周囲の健康などのストレス

相談窓口/電話番号	相談時間など
兵庫県いのちと心のサポートダイヤル ☎078-382-3566	平日18時～翌8時30分 土・日曜日、祝日24時間
はりまいのちの電話 ☎079-222-4343	毎日10時～翌1:00
よりそいホットライン ☎0120-279-338	毎日24時間
#いのちSOS ☎0120-061-338	又は#いのちSOSで検索 毎日24時間
生きざらびっと LINE: @yoriso-chat	月・金曜日6時～22時30分 火・水・木・土・日曜日 8時～22時30分 (22時まで受け付け)

こころのケア相談 (加古川健康福祉事務所 地域保健課) ☎079-422-0003

精神科医による相談 (予約制)

町ホームページ こころのセルフチェックをしてみよう▶