

自殺対策強化月間（令和元年9月）中の取組状況

◆相談会（健康問題、多重債務等）（都民対象）

区市町村名	開催日時	題名・テーマ等	開催場所	対象者（定員）	問合せ先
千代田区	9月12日（木）・27日（金）	心の相談室（予約制）	千代田保健所	区民等	千代田保健所 健康推進課 Tel03-5211-8175
港区	10月6日（日） 11時30分～12時10分	暮らしについての相談（仕事や経済的な相談）	みなと保健所	一般区民 4名	みなと保健所健康推進課地域保健係 6400-0084
	9月2日、13日、30日（月、金、月）14時～16時 9月18日（水）15時30分～17時	精神保健相談（こころ、認知症、アルコール等）	みなと保健所	一般区民 各回 3～4名	みなと保健所健康推進課地域保健係 6400-0084
文京区	9月5日（木）10時～12時 9月18日（水）13時半～15時半	精神保健相談	保健サービスセンター	一般区民（定員各3名）	保健サービスセンター Tel 03-5803-1807
	9月12日（木）、30日（月） 14時～16時	精神保健相談	保健サービスセンター本郷支所	一般区民（定員各3名）	保健サービスセンター本郷支所 Tel 03-3821-5106
	随時	こころの悩みに関する相談	予防対策課	一般区民	文京保健所予防対策課 Tel03-5803-1836
	随時	こころの悩みに関する相談	保健サービスセンター	一般区民	保健サービスセンター Tel 03-5803-1807
	随時	こころの悩みに関する相談	保健サービスセンター本郷支所	一般区民	保健サービスセンター本郷支所 Tel 03-3821-5106
台東区	9月12日（木）、9月13日（金）	暮らしとこころの総合相談会	台東保健所3階	一般住民	台東保健所 保健予防課 精神保健担当 03-3847-9405
墨田区	9月10日（火）、11日（水）	庁舎こころの相談窓口	区民相談室	一般区民	保健予防課
江東区	9月6日（金）、26日（木）	一般精神保健相談（予約制）	城東保健相談所	担当地域の区民・家族	03-3637-6521
	9月11日（水）、27日（金）	一般精神保健相談（予約制）	深川保健相談所	担当地域の区民・家族	03-3641-1181
	9月3日（火）	一般精神保健相談（予約制）	深川南部保健相談所	担当地域の区民・家族	03-5632-2291
	9月13日（金）	一般精神保健相談（予約制）	城東南部保健相談所	担当地域の区民・家族	03-5606-5001

目黒区	9月25日(水)	一般精神保健相談（予約制）	保健予防課	担当地域の区民・家族	03-5722-9504
	9月9日(月)	精神保健総合相談（予約制）	碑文谷保健センター	担当地域の区民・家族	03-3711-6447
大田区	9月2日（月）、3日（火）	特別相談「多重債務110番」	大田区立消費者センター	区民	大田区立消費者センター相談専用電話 TEL3736-0123
渋谷区	随時（医師による相談は、各保健相談所にお問い合わせください。）	精神保健相談	中央保健相談所 恵比寿保健相談所 幡ヶ谷保健相談所	区民及びその家族	中央保健相談所 03-3463-2439 恵比寿保健相談所 03-3443-6251 幡ヶ谷保健相談所 03-3374-7591
中野区	9月2日（月）・9月3日（火）	多重債務特別相談	中野区役所	中野区在住・在勤・在学（各日程先着4名）	中野区消費者センター 03-3389-1191
杉並区	9月30日（月）午前10時～午後4時まで（受付終了午後3時）	「くらしとこころの総合相談会」～一人で悩みを抱えている方、相談先が見つからないあなたへ～	ウェルファーム杉並	一般（区内在住・在勤）	杉並保健所保健予防課 TEL 03（3391）1025
	日程は各保健センターへお問い合わせください。（月2～4回予約制）	精神科医による心の健康相談	荻窪保健センター 高井戸保健センター 高円寺保健センター 上井草保健センター 和泉保健センター	区内在住で心の健康や病気に関する問題でお困りの方とそのご家族等	荻窪保健センター TEL 03(3391)0015 高井戸保健センター TEL 03(3334)4304 高円寺保健センター TEL 03(3311)0116 上井草保健センター TEL 03(3394)1212 和泉保健センター TEL 03(3313)9331
豊島区	9月9日（月）	家族問題相談（予約制）	池袋保健所	一般住民	池袋保健所健康推進課 保健指導グループ TEL03-3987-4174
	9月12日（木）	こころの相談（予約制）	池袋保健所	一般住民	池袋保健所健康推進課 保健指導グループ TEL03-3987-4174

北区	9月4日(水)	精神保健相談室の開催	赤羽健康支援センター	区民	03-3903-6481
	9月10日(火)	精神保健相談室の開催	王子健康支援センター	区民	03-3919-7588
	9月12日(木)	精神保健相談室の開催	滝野川健康支援センター	区民	03-3915-0184
板橋区	9月4日(水)、9月18日(水)	うつ相談(予約制)	板橋健康福祉センター	区民	03-3579-2333
	9月9日(月)、9月26日(木)	うつ相談(予約制)	上板橋健康福祉センター	区民	03-3937-1041
	9月11日(水)、9月26日(木)	うつ相談(予約制)	赤塚健康福祉センター	区民	03-3979-0511
	9月3日(火)、9月9日(月)	うつ相談(予約制)	志村健康福祉センター	区民	03-3969-3836
	9月9日(月)、9月27日(金)	うつ相談(予約制)	高島平健康福祉センター	区民	03-3938-8621
練馬区	9月11日(水) 13時30分~16時30分	こころの健康相談(要予約)	豊玉保健相談所	担当地域の区民・家族	03-3992-1188
	8月23日(金) 14時~16時	こころの健康相談(要予約)	北保健相談所	担当地域の区民・家族	03-3931-1347
	9月4日(水) 14時~17時	こころの健康相談(要予約)	光が丘保健相談所	担当地域の区民・家族	03-5997-7722
	9月12日(木) 14時~15時30分	こころの健康相談(要予約)	石神井保健相談所	担当地域の区民・家族	03-3996-0634
	9月19日(木) 14時~16時15分	こころの健康相談(要予約)	大泉保健相談所	担当地域の区民・家族	03-3921-0217
	8月30日(金) 14時~15時30分	こころの健康相談(要予約)	関保健相談所	担当地域の区民・家族	03-3929-5381
足立区	9月9日(月)~14日(土) 10時~15時(火/金10時~17時)	雇用・生活・こころと法律の総合相談会	東京芸術センター	一般住民	くらしとしごとの相談センター Tel03-3880-5705
江戸川区	9月5日(木) 受付13時30分~16時	総合相談会	江戸川保健所	一般区民	江戸川保健所 保健予防課いのちの支援係 Tel03-5661-2478
八王子市	随時	こころの健康相談	八王子市保健所	市民等	042-645-5196

武蔵野市	毎週木、第2・4土 10時～12時、13時～16時 (対面は、木午後)	精神保健福祉士など専門職による メンタルヘルスの相談 (電話及び予約による対面)	市民こころの健康 相談室	一般市民	0422-55-6003
昭島市	9月1日(日) 午後2時から4時 (奇数月第3日曜日午後2時 から4時開催)	昭島市わかちあいの会	昭島市保健福祉セ ンター	自死遺族	昭島市保健福祉セン ター健康課 042-544-5126
	随時	精神保健福祉一般精神相談	昭島市役所障害福 祉課	一般市民	昭島市役所障害福祉 課 042-544-5111(代 表)
	随時	こころといのちの相談	昭島市保健福祉セ ンター	一般市民	昭島市保健福祉セン ター健康課 042-544-5126
	9月24日(火)～9月28日 (土)	こころといのちの相談(相談員を 増員し対応)	昭島市保健福祉セ ンター	一般市民	昭島市保健福祉セン ター健康課 042-544-5126
町田市	9月5日(木)	仕事とこころ総合相談会	町田市生涯学習セ ンター7階ホール	市民	町田市保健所健康推 進課 042-724-4236
日野市	9月22日(日)	日野市・多摩市わかちあいの会	多摩市関戸公民館	身近な方を自死 (自殺)で亡くさ れた方	042-514-8 542
国分寺市	9月12日(木)	精神科医によるこころの健康相談	いずみ保健セン ター	一般市民(要申 し込み)	障害福祉課 042-325-0111 (代)
	随時	健康相談	いずみ保健セン ター 市役所障害福祉課	一般市民	健康推進課042- 321-1801 障害福祉課042- 325-0111(代)
東大和市	9月4日(水) 10時～12時	こころの健康相談	保健センターTel 042-565-5211	市民	保健センターTel042- 565-5211
清瀬市	9月17日(火) 14時～15時40分	マインドフルネス -心と身体を整える方法-	アミューホール	一般市民 (約130名)	清瀬市健康推進課成 人保健係 042-497-2076 (直通)
多摩市	9月11日(水)	個別説明会：人間関係や社会的自 立に関する幅広い悩みに対する相 談	しごと・くらしサ ポートステーショ ン	ひきこもり等で 悩みを抱える若 者及びその家族	多摩市役所児童青少 年課 TEL 042-338- 6958
あきる野市	9月11日(水)	健康・栄養に関する個別相談	あきる野市役所	市民	健康課健康づくり係 042-558-1183
	9月25日(水)	健康・栄養に関する相談	五日市ファインプ ラザ	市民	健康課健康づくり係 042-558-1183
西東京市	午前9時から正午、午後1時 から4時(土曜日・日曜日・ 祝日・年末年始を除く)	からだと心の健康相談	電話	一般市民	西東京市健康課 042-438-4087
檜原村	偶数月第2月曜(予定)	精神巡回相談として、メンタルヘ ルスを中心に行う。	檜原村やすらぎの 里	村民	福祉けんこう課 042-598-3121
	毎月第2木曜	人権行政相談	檜原村役場	村民	村民保険課 042-598-1011
	9月12日(木)	司法書士無料相談会	檜原村役場	村民	村民保険課 042-598-1011
奥多摩町	随時	心の健康についての相談	保健福祉センター	住民	0428-83-2777

多摩小平保健所	随時	精神保健福祉相談(こころの健康、思春期のこころの相談、アルコール・薬物等)	多摩小平保健所	一般住民・関係機関職員向け	多摩小平保健所 電話042-450-3111
島しょ保健所 大島出張所新島支所	随時	精神保健福祉相談	島しょ保健所大島 出張所新島支所	新島村にお住まいの方	04992-5-1600
島しょ保健所 八丈出張所	9月25日(水)	精神専門医相談	八丈出張所	管内住民	八丈出張所
	随時	精神保健福祉相談	八丈出張所	管内住民	八丈出張所