

緊急連絡先（2022年5月12日更新）

警察・・・110 消防・救急・・・119

児童相談所虐待対応ダイヤル・・・189

J S 水漏れ・・・営業時間中 365-1010

営業時間外 0570-004-001 または 06-6969-2151

ガス漏れ専用・・・24時間 0120-8-19424

洛西交番・・・332-0055

西京警察・・・391-0110

西京消防・・・392-6071

関西電力・・・0800-777-3081

京都市急病診療所・・・075-354-6021（中京区）

京都市休日急病歯科中央診療所・・・075-812-8493

小児救急電話相談・・・661-5596 または #8000

児童相談所虐待対応ダイヤル・・・189（イチハヤク）

消費者ホットライン・・・188（イヤヤ）

次ページ以降、心の悩み、子供、高齢者向けの窓口を掲載しています。

電話相談窓口

■ いのちの電話

【もし、あなたが悩みを抱えていたら、その悩みを相談してみませんか。

電話をかけた所在地の都道府県・政令指定都市が実施している

「こころの健康電話相談」等の公的な相談機関に接続します。】

0570-783-556（午前 10 時～午後 10 時）

0120-783-556（午後 4 時～同 9 時、毎月 10 日は午前 8 時～翌日午前 8 時）

サイト：<http://www.inochinodenwa.org/>

■ こころの健康相談統一ダイヤル

0570-064-556（オコナオウ マモロウヨ ココロ）（京都は曜日・時間制限無し）

■ よりそいホットライン 0120-279-338（ツナグ ササエル）（24 時間対応）

サイト：<http://www.since2011.net/yorisoi/>

■ #いのち SOS

【「死にたい」「消えたい」「生きることに疲れた」など、あなたのそんな気持ちを専門の相談員が受け止め、あなたの状況を一緒に整理し、必要な支援策などについて一緒に考えます。】

[0120-061-338](tel:0120-061-338)（オモイ ササエル）

月曜日、木曜日 00:00～24:00、火曜日～水曜日、金曜日～日曜日 8:00～24:00

サイト：<https://www.lifelink.or.jp/inochisos/>

■ チャイルドライン

0120-99-7777（毎日ごご 4 時からごご 9 時）

【チャイルドラインは 18 歳までの子ども専用です。チャット相談あります。】

サイト：<https://childline.or.jp/index.html>

■ 子供（こども）のSOSの相談窓口（そうだんまどぐち）（24時間）

0120-0-78310（ナヤミイオウ）

サイト：

https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/06112210.htm

■ 子どもの人権110番

0120-007-110（平日午前8時30分から午後5時15分まで）

サイト：<https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken112.html>

■ 高齢者情報相談センター

075-221-1165（イイロウゴ）／FAX. 075-221-1214

【高齢者の方および、ご家庭で高齢者を介護しておられる家族の方に
役立つ情報を提供】

サイト：<http://www.skysodan.com/>

■ 地域包括支援センター

- ・ 寝たきりや、認知症の高齢者の介護のことでお悩みのとき。
- ・ 各種の介護サービスを利用したいが、どうしていいかわからないとき。
- ・ 寝たきりや認知症の高齢者のお世話のために、行政サービスの窓口に行けないとき。
- ・ 高齢者の介護が負担になり、限界を感じたとき。
- ・ 高齢者自身で物事の判断や金銭の管理ができなくなったとき。
- ・ その他、高齢者の身体や生活、介護のことでお困りのとき。

「地域包括支援センター」や「あんしん介護の窓口」は高齢者の介護サービス全般を取り扱う「総合取次店」です。

サイト：<https://www.pref.kyoto.jp/kourei-engo/13900035.html>