

お住まいの区役所でも、こころの健康について、
ご本人やご家族の相談を行っています。

各区保健福祉センター (高齢・障害課)

8:30~12:00、13:00~17:00

川崎区 ☎201-3213

幸区 ☎556-6654

中原区 ☎744-3297

高津区 ☎861-3309

宮前区 ☎856-3262

多摩区 ☎935-3299

麻生区 ☎965-5259

相談は無料です。

事前にお電話にてお問い合わせください。

(参考) 遺された方が行う必要な手続き

- 死亡届 …… 区役所戸籍係へ (7日以内)
- 年金停止、遺族年金など …… 区役所国民年金係または
社会保険事務所へ
- 所得税、相続税の申告など …… 税務署へ
- 預貯金の相続、公共料金の引き落とし口座変更など
…… 銀行、郵便局へ
- ガス・水道・電気の名義変更 …… 各会社へ
- 借家・賃貸住宅の名義変更 …… 不動産会社・公団等へ
- 生命保険の受け取り …… 生命保険会社へ
- 遺言書の検認・開封 …… 弁護士・司法書士へ
- その他 …… 勤務先、学校などへ

県内の自死遺族の集い

神奈川県 神奈川県精神保健福祉センター
[わかちあいの会] ☎045-821-8822

横浜市 横浜市こころの健康相談センター
[そよ風] ☎045-671-4455

相模原市 相模原市精神保健福祉センター
[さがみはらわかちあいの会] ☎042-769-9818

横須賀市 横須賀市保健所 健康づくり課
[自死遺族分かちあいの会] ☎046-822-4336

藤沢市 藤沢市保健所 保健予防課
[藤沢わかちあいの会] ☎0466-50-3593

座間市 座間市役所 障がい福祉課
[れんげの会] ☎046-252-7132

川崎市 川崎市精神保健福祉センター
[かわさきこもれびの会] ☎044-201-3242

上記にお問い合わせください

川崎市健康福祉局 精神保健福祉センター



Colors, Future!

いろいろって、未来。

川崎市

大切な人を
亡くされた方へ…

川崎市健康福祉局 精神保健福祉センター

あなたはひとりではありません



『大切な人を突然失う』それはとても悲しくつらい出来事だと思います。
それまでの生活が変わるだけでなく、大切な方を失った悲しみは残された方から心に変化をもたらすことがあります。
それは特別の事態に対する正常な反応ですが、不安や悩みがある場合には一人で抱え込まず、相談してみませんか？



こころの健康について



健康のことで悩んでいる、気持ちが落ち込む
不眠が続く、お酒がやめられない、死にたいなど

こころの電話相談(平日9:00~21:00)

☎044-246-6742

川崎いのちの電話(365日24時間)

☎044-733-4343



経済や生活の問題について



生活に困っている、借金の返済に困っている
家族に内緒で借金をしているなど

法テラス川崎(平日9:00~17:00)

☎050-3383-5366

神奈川県司法書士会 一般法律相談
(平日16:00~19:00)

☎045-641-6110

神奈川県司法書士会 裁判・多重債務テレホン相談
(平日13:00~16:00)

☎045-641-1389

司法書士相談 クレジット・サラ金相談含む
(平日13:00~16:00)

☎044-200-3939 ※予約のための電話



大切な人を亡くされた方



大切な人を自死(自殺)で亡くされた方専用の
電話相談窓口です。

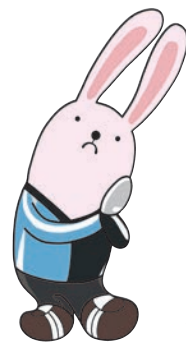
ほっとライン

(第2・第4木曜日12:00~16:00)

☎044-966-9951

話をするだけで楽になったり、
ひとりでは気づかなかったことに気づくこともあります。

匿名でも大丈夫ですよ。



ひとりで抱え込まないでね。

精神保健福祉センターの職員が、
お話をお聴きすることもできます。

どちらもお話が外に漏れることはありません。

安心してご相談ください。

診療・相談係(平日8:30~12:00、13:00~17:15)

☎044-201-3242



分かちあいの場



自死遺族の集いは

同じ悩みや困難を抱える方が集まり
ご自分のペースでお話ができる場です。
他の方のお話を聞くだけの参加も可能です。

川崎自死遺族の集い

「かわさきこもれびの会」

開催日/偶数月の第3木曜日(変則あり)午後
場 所/エポックなかほら

主 催/川崎市精神保健福祉センター
申込み・問合せ/診療・相談係

☎044-201-3242

かわさき自死遺族の会

「カーネーションの集い」

開催日/偶数月の第2日曜日 午後1時10分より
場 所/武蔵中原駅周辺

主 催/カーネーションの集い
(自死遺族の自助グループ)

申込み・問合せ/ブログ利用
<http://blog.goo.ne.jp/carnation-2015>



神奈川県内の集いにも参加できます。
詳しくは裏表紙をご覧ください。