

ひとりで悩まないで。だれかに気軽に相談してみませんか



大津市 こころの相談窓口一覧

保健師・看護師・心理職・精神保健福祉士等が対応します

相談内容	相談窓口	住所	連絡先	相談時間
こころの健康、うつ病、依存症、ひきこもり等について	大津市保健所 保健予防課	大津市浜大津四丁目1番1号 明日都浜大津1階	077-522-6766	平日 9:00～17:00
心身の健康について	和邇すこやか相談所	大津市和邇高城12（和邇文化センター内）	077-594-8023	平日 9:00～12:00 13:00～17:00
	堅田すこやか相談所	大津市本堅田三丁目17-14（堅田市民センター向かい）	077-574-0294	
	比叡すこやか相談所	大津市坂本七丁目24-1 平和堂坂本店3階	077-578-8294	平日 10:00～12:30 13:30～18:00
	中すこやか相談所	大津市浜大津四丁目1番1号 明日都浜大津5階	077-528-2941	平日 9:00～12:00 13:00～17:00
	膳所すこやか相談所	大津市膳所二丁目5-5 （さがみ川老人憩いの家併設）	077-522-1294	
	南すこやか相談所	大津市南郷一丁目14-30 （南老人福祉センター併設）	077-534-0294	
	瀬田すこやか相談所	大津市大江三丁目2-1 （瀬田市民センター内）	077-545-0294	
専門の相談員に悩みを聞いてほしいとき（子育て、学校、若年女性が抱える悩みなど）	「こころのサポートしが」LINE相談（滋賀県）			毎日 16:00～22:00
家族・仕事・学校など身の回りのこと、人間関係のことなど	こころの電話相談（滋賀県）		077-567-5560	10:00～12:00 13:00～21:00
休日夜間・緊急時の精神科医療相談	精神科救急医療相談電話		077-566-1190	平日 17:15～21:30 休日 9:30～12:00 13:00～21:30

民間の相談員が対応します

相談内容	相談窓口	住所	連絡先	相談時間
生きるのが辛くなったとき	滋賀いのちの電話		077-553-7387	金・土・日・月曜日 10:00～20:30
	#いのちSOS（特定 非営利活動法人 自殺 対策支援センターラ イフリンク）		0120-061-338	24時間365日

主に心理職が対応します

相談内容	団体名	住所	問合せ先	時間
大津市在住の18歳以上の方を 対象にした発達障害の相談	大津市発達障害者 支援センターかほん	面談場所等については電 話でお問合せ下さい	077-548-6149	平日 9:00～17:00 (相談員が不在の場合は 留守番電話にメッセージ を残して下さい)

障害福祉サービスに関する相談、障害者手帳の申請

相談内容	相談窓口	住所	連絡先	相談時間
障害福祉の総合相談、障害福 祉サービス利用について	大津市障害福祉課	大津市御陵町3-1 大津市役所本館1階	077-528-2726	平日 9:00～17:00

家族・当事者による分かち合い・支え合い（ピアサポート）

活動内容	団体名	住所	問合せ先	時間
精神疾患を持つ人の家族が 支え合う会	大津市精神障害者と 家族の会「湖の子 会」	大津市におの浜四丁目2- 33 大津市障害者福祉セ ンター内	080-3787-4451	(交流会) 毎月第2日曜日 13:00～
精神疾患の経験を持つ人 による互いの支え合い	ピアサポートWISH	大津市桜野町一丁目10-5 (オアシスの郷)	077-510-5725	月・火・水・金・土曜日 10:00～16:00
大切な人を自死で亡くした 遺族同士が様々な思いを 語り合う会	凧の会おうみ（滋賀 県自死遺族の会）	近江八幡市鷹飼町105-2 滋賀県婦人会館	naginokai.oumi@ gmail.com	毎月第3土曜日 14:00～15:30

2025年4月作成

大津市保健所保健予防課

精神・難病支援係

TEL：077-522-6766

FAX：077-525-6161

Eメール：otsu1443@city.otsu.lg.jp