

ぼちぼちいきましょう

# わかぼち

対象 : 大阪府(大阪市・堺市を除く)  
にお住まいの  
若者(40歳未満)の方

開設日: 水曜日  
9:30~17:00  
\* 年末年始・祝日  
はお休みです。

平成27年  
9月  
スタート


## わかぼちダイヤル ~わかものハートぼちぼちダイヤル~

40歳未満の方のための専用電話相談

### その他の相談先

- **こころの健康相談統一ダイヤル**  
おこなおう まもろうよ こころ  
0570-064-556  
(月曜~金曜: 9:30~17:00)  
\* 年末年始・祝日はお休みです。
- お住まい最寄りの保健所

このパンフレットは8,000部作成し、1部あたり5円です。

 06-6607-8814

- 秘密は厳守します。
- 匿名でお受けします。
- 相談は無料ですが、ご利用に伴う  
電話代・通信費は、別途かかります。

### 大阪府こころの健康総合センター

〒558-0056 大阪市住吉区万代東 3-1-46

TEL 06-6691-2818 FAX 06-6691-2814

<http://www.pref.osaka.jp/kokoronokenko/>

2015年8月発行

大阪府こころの健康総合センター

# わかぼちダイヤル

ってなに？

いろいろしないといけないのは  
わかっているけどめんどくさい

なんだか やる気がでないなあ

なんだか うまくいかない

どうしてかわからないけど  
もやもやする・・・

誰かに相談したいけど  
誰に相談したらいいかわからない

誰にも 相談できない

あなたのための電話相談です。

人間関係、仕事、ご自身のこと、

お困りのことを

お気軽にご相談下さい。

専門の相談員がお話を

じっくり聞いて

一緒に考えます。

これからどうしたら  
いいんだろう

このままでいいのかな・・・



06-6607-8814

(水曜日 9:30~17:00)

\*年末年始・祝日はお休みです

こんな時はいちど電話してみてください  
ちょっと 楽になるかもしれません



こんなこと 相談していいのかな

きっと ひかれちゃう・・・