ひとりで悩まずご相談下さい！

自衛隊家族会は
★決して会員をひとりにはしません！
★いつもそばにおります！
★解決に向けてみんなで汗をかきます！

まずは、近くの家族会会員へ。
そして、お気軽に「問い合わせ窓口」へ。

1　「問い合わせ窓口」への問い合わせ先・要領

自衛隊家族会事務局（担当）　髙橋　隆志（たかはし　たかし）
◇電　話：03－5227－2468　　（平日　09:00～16:00）
◇メール：jkazokukai@jkazokukai.or.jp　　（常時、ただし返信は平日）

「総括相談員」　鍜治　雅和（かじ　まさかず）
◇番　号：080－4630－8987　　（平日　09:00～16:00）

○　問い合わせ者は、まず「氏名（匿名可）」「所属家族会（部隊等）」など述べた後に、必要な「問い合わせ」を実施して下さい。不在時には「相談員」から電話しますので、事前に「非通知設定」の解除をお願いします。
○　ご不明な点は、髙橋までご連絡下さい。

2　問い合わせ　「相談員」

役　職・氏　名	担　当　内　容
家族会運営委員（陸自OB） 手塚　信一（てづか　しんいち）	◇家族（隊員）に関する問い合わせ （主に陸上自衛隊）
家族会理事（海自OB） 鍜治　雅和	◇家族（隊員）に関する問い合わせ （主に海上自衛隊）
家族会理事（空自OB） 荒木　淳一（あらき　じゅんいち）	◇家族（隊員）に関する問い合わせ （主に航空自衛隊）
家族会副会長（陸自OB） 宮下　寿広（みやした　としひろ）	◇家族会全般に関する問い合わせ
家族会事務局員　髙橋　隆志	◇家族会の管理に関する問い合わせ

相談無料！　個人情報・秘密厳守！　問題解決実績多数！

＜参考＞ 防衛省・自衛隊
隊員・隊員ご家族の相談窓口

防衛省・自衛隊

メンタルヘルス、ハラスメント防止推進
<https://www.mod.go.jp/j/profile/index_information.html>

■ 防衛省共済組合<部外カウンセラー等への電話での相談>
「あなたのさぽーとダイヤル（24時間365日対応）」 お問い合わせください。

陸上自衛隊

<https://www.mod.go.jp/gsdf/family/>

海上自衛隊

<https://www.mod.go.jp/msdf/family/>

大湊地方総監部

<https://www.mod.go.jp/msdf/oominato/info/osirase/kazoku.html>

横須賀地方総監部

<https://www.mod.go.jp/msdf/yokosuka/other/family.html>

呉地方総監部

<https://www.mod.go.jp/msdf/kure/family/family_index.html>

佐世保地方総監部

<https://www.mod.go.jp/msdf/sasebo/00_common/00_family.html>

航空自衛隊

< https://www.mod.go.jp/asdf/family/index.html>