

親や友だち、先生に話しづらいこともある、そんなとき

【KOSENころとからだの学外相談室】

0800-000-2228

電話・オンライン

※電話相談 予約不要 利用時間:毎日15:00~24:00

※オンラインカウンセリング 1回/50分(年間5回まで無料)

上記電話番号から予約をしてください。

【こころの健康相談統一ダイヤル】

電話

0570-064-556 (相談できる曜日、時間は自治体によって異なります)

【一般社団法人日本いのちの電話連盟】

電話・メール

0120-783-556 (16:00~21:00, 毎月10日は, 8:00~翌11日8:00)

ホームページURL: <https://www.inochinodenwa.org/>

電話で話しづらかったら、SNSでも相談できるよ。

【一般社団法人社会的包摂サポートセンター】

ホームページURL: <https://yorisoi-chat.jp/>

(LINE相談)@yorisoi-chat **生きづらびっと**

相談時間: 月水金土 11:00~16:30(16:00まで受付)

月火木金日 17:00~22:30(22:00まで受付)

(Skype通話相談・ホットラインよりそい) **完全予約制**

<https://join.skype.com/invite/GQt1CtagTSvg>

LINE・電話
Skype



【特定非営利活動法人BONDプロジェクト】(女性対象)

LINE

相談可能日時: 毎週 月水木金土

10:00~22:00(相談受付21:30まで)

(LINE相談) **10代20代の女の子専用LINE**



【特定非営利活動法人チャイルドライン支援センター】(18歳以下対象)

チャット相談: 木金土, 第1第3水曜16:00~21:00

ホームページURL: <https://childline.or.jp/>

チャット実施日: <http://childline.or.jp/chat/calendar>

チャット
電話

