



さい いか

～18歳以下のみなさんへ～

ひとり なや

一人で悩みごとをかかえていませんか

そうだん

つらいときは相談してみてください



18歳以下の方向け

5月1日(金) → 5月6日(水)

午前10:00から開始

午前10:00まで受付

つた
チャットで伝えたい

じょう

チャット上でやりとり
することもできます

(16時～22時)

こどく ころりゃ そうだん
孤独・孤立相談 **チャット**



でんわ はな
電話で話したい

でんわ ちよくせつ

電話で直接

はなし

お話することもできます。

ごぜん ご

フリーダイヤル **#9999**

(0120-494949)

つた
メールで伝えたい

きも

メールで気持ちを伝え
することもできます

「あなたはひとりじゃない」

そうだん

メール相談フォーム



あ ほうほう そうだん
あなたに合った方法で相談することができます



あなたはひとりじゃない

検索



孤独・孤立 対策

官民連携プラットフォーム

5月は、「孤独・孤立対策強化月間」です