

さい いか

～18歳以下のみなさんへ～

5月2日(金)
AM10時

→ 5月7日(水)
～AM10時



ひとりでなやみごとをかかえていませんか
ほうほう そうだん
さまざまな方法で相談することができます

電話で話したい

電話で直接
お話することもできます
フリーダイヤル

#9999
(0120-494949)



チャットで話したい

チャット上で
やりとりすることもできます
(午前10時～午後10時)



<https://form.notalonechat.jp/>

メールで伝えたい

メールで気持ちを
伝えることもできます
「あなたはひとりじゃない」
ウェブサイト内
メール相談フォーム



<https://www.notalone-cas.go.jp/toitsu/form/>



こどく・こりつそうだん
孤独・孤立相談ダイヤル

あなたはひとりじゃない 🔍 検索
内閣府孤独・孤立対策推進室



孤独・孤立 対策
官民連携プラットフォーム