



さい いか
～18歳以下のみなさんへ～

【実施期間】

8月26日(水) → 9月4日(金)

ひとり なやみ そうだん
一人で悩みごとをかかえていませんか、つらいときは相談してみてください！

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

こどく ひとり 相談
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
お話することもできます。

フリーダイヤル #9999
(0120-494949)



つた
メールで伝えたい

きも つた
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」

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