

18歳以下の方向け

～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

つらいときは相談してみてください

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

チャットで伝えたい

チャット上でやりとり  
することもできます  
(16時～22時)

孤独・孤立相談チャット



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)

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」

メール相談フォーム



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