

## あなたのための相談場所があります

悩みをひとりで抱えているあなたへ。

あなたの悩みをお話しいただける相談窓口を紹介します。

### お電話で悩みを話したい方はこちら

孤独・孤立相談ダイヤル

#9999 (通話料無料)

※次回の相談実施期間は12月28日(水)午前9時～1月4日(水)午前9時です。

※現在、上記ボタンからはかけられません。

※IP電話等からはかけられません。かけられない場合は「0120-494949 (フリーダイヤル)」をご利用ください。

18歳以下の方

性別の違和や同性愛に関して相談したい方

孤独・孤立でお悩みの方

外国人での相談を希望される方  
For those who want to consult in foreign language



上記は政府のコロナ禍における「原油価格・物価高騰等総合緊急対策」(令和4年4月26日関係閣僚会議決定)により実施している「統一的な相談窓口体制の推進」の事業での試行となります。

### SNSやチャットで 悩みを話したい方はこちら

相談先を探してみる

※チャットボットで相談先をご案内します。



内閣官房

ことく こりつ

# 孤独・孤立 相談ダイヤル（通話料無料）

～悩みをひとりで抱えている方へ～



誰にも頼れず、ひとりで  
 悩み事をかかえていませんか  
 つらいときは電話で  
 「#9999」にかけて  
 相談してみてください

12月28日(水)

午前9時

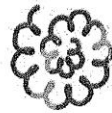
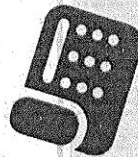
～

1月4日(水)

午前9時

## #9999

（ かからない時は  
 0120-494949へ  
 おかけください ）



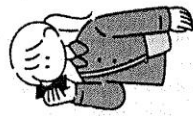
孤独・孤立 対策  
国民連携ダイヤル





さい いか

# 18歳以下のみなさんへ



ないか くかんぼう

内閣官房

こどく こりつ

孤独・孤立

そだん

相談ダイヤル

そうだん

【相談できる日時】

12/28～12/30、

1/2、1/3

10時～22時

## #9999

かからない場合は

(0120-494949へ)

おかけください。

心がもやもやしたり  
 ふあん や なやみ があつたら  
 電話で「#9999」にかけて  
 「1番」をおして  
 話してみませんか。



国立  
児童虐待防止センター  
孤独・孤立  
相談ダイヤル

