

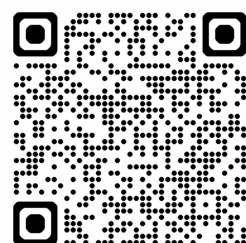
こころの相談

浜中町役場健康推進係でもお悩みをお聞きできますが、
北海道、国、団体でもさまざまな相談支援があります。
困りごとや不安がありましたら、ご相談ください。

＊ 相談機関・窓口の案内 ＊

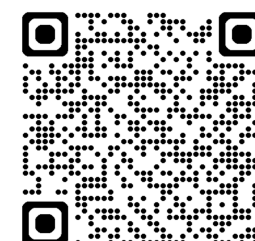
【 厚生労働省 相談窓口等の案内 】

まもろうよこころ



【 北海道 相談窓口等の案内 】

いのち支える相談窓口



【 内閣官房 相談窓口等の案内 】

～ 孤独・孤立対策の支援制度や相談窓口等案内 ～

あなたはひとりじゃない



あなたはひとりじゃない
内閣府 孤独・孤立対策推進室

【 釧路保健所 精神保健福祉相談 】

心の健康相談



TEL 0154-65-5825

北海道 釧路保健所
健康推進課 健康支援係



＊ 相談窓口 ＊

各団体にも、こころの悩みや不安、相談などおはなしできる場があります。
対面だけでなく、電話、SNS もあります。 1人で悩まずに、おはなししてみませんか。
自分のことだけでなく、家族のこと、お子さまのこと、気になることをおしらせください。

電話・SNS 相談



よりそいホットライン



TEL 0120-279-338
(24 時間 通話料無料)

電話、インターネット
から相談できます

電話・SNS 相談



いのちの電話



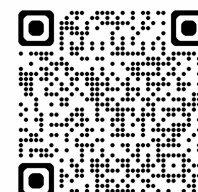
TEL 0120-783-556
(16~21 時 通話料無料)

電話、インターネット
から相談できます

電話・SNS 相談



#いのち SOS



TEL 0120-061-338
(24 時間 通話料無料)

電話、チャット、メール
から相談できます

電話・SNS 相談



チャイルドライン

〔18 歳までの子ども専用〕



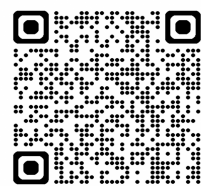
TEL 0120-99-7777
(16-21 時 通話料無料)

電話、チャット
から相談できます

SNS 相談



生きづらびっと



22 時まで受付 365 日 無料

LINE、Facebook、Web
から相談できます

SNS 相談



あなたのいばしょ



24 時間 365 日 無料

Web から匿名で
チャット相談ができます

SNS 相談



こころのほっとチャット



7~23 時まで受付 無料

LINE、Facebook、Web
から相談できます

SNS 相談



BONDプロジェクト

〔10代20代女の子専用〕



14~21 時半まで受付
曜日対応 無料

電話、LINE、メール
から相談できます

＊ 浜中町役場のホームページ（各窓口のリンクにとべます） ＊

