

～ 悩みを一人で抱えている方へ ～

こどく こりつ 孤独・孤立 相談ダイヤル

2025 2026
12/25^{④木} → 1/4^{①日}
AM10:00～ ～AM10:00

誰にも頼れず、ひとりで悩み事を抱えていませんか。
さまざまな窓口を用意しておりますので、
つらいときは相談してみてください。

チャット相談



電話相談

フリーダイヤル

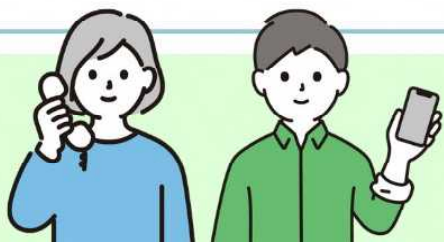
#9999
(0120-494949)

通話料無料
24時間受付

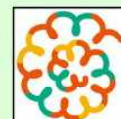
メール相談

「あなたはひとりじゃない」
メール相談フォーム

24時間受付



あなたはひとりじゃない



孤独・孤立 対策
官民連携プラットフォーム