

こころの SNS 相談

LINE・チャットで相談ができます。悩みを相談してみませんか？

特定非営利活動法人 自殺対策支援センターライフリンク

【団体 HP URL】<https://www.lifelink.or.jp/>
【生きづらびっと相談時間】
*毎日 8時～22時30分(22時まで受付)

【LINE】「生きづらびっと」友だち追加
ID 検索@yorisoi-chat(生きづらびっと)



【WEB 相談】
始めに相談受付の入力をお願いします



特定非営利活動法人 あなたのいばしょ

いつでも誰でも利用できるチャット相談

【団体 HP URL】<https://talkme.jp/>
【相談時間】*24時間 365日

【チャット】[あなたのいばしょチャット相談](#)



特定非営利活動法人 BOND プロジェクト

10代20代の女性のための LINE 相談

【団体 HP URL】<https://bondproject.jp/>
【相談時間】
*毎週 月曜日・水曜日・木曜日・金曜日・土曜日
10時から22時(21時30分まで受付)
☎080-9501-5220(月・土 18:00~21:00)
☎070-6648-8318(水・日 14:00~19:00)

【LINE】「10代20代の女の子専用 LINE」
[友だち追加](#)



山形県 LINE こころの健康相談@山形

【相談時間】
*毎日18時30分から22時(年末年始除く)
[友だち追加 ID 検索@950wtmqh](#)



特定非営利活動法人 東京メンタルヘルス・スクエア

【団体 HP URL】<https://www.npo-tms.or.jp/>
【相談時間】1回50分/1日1回まで利用できます。
*毎日:第1部 12時から15時50分(15時まで受付)
第2部 17時から20時50分(20時まで受付)
第3部 21時から23時50分(23時まで受付)
*早朝月曜 4:00~6:50(受付は6:00まで)

【LINE】ID 検索@kokorohotchat



【Facebook】公式アカウント
ID 検索@kokorohotchat

【WEB チャット】



【HP】[検索「こころのほっとチャット～SNS チャット相談](#)

特定非営利活動法人 チャイルドライン支援センター

18歳以下の子どものための電話・チャット相談

【団体 HP URL】<https://childline.or.jp/index.html>
【電話相談】

☎0120-99-7777(16時から21時)

【チャット相談】月により実施日が異なります。

HPのカレンダーでご確認ください。16時から21時
[検索「チャット実施日カレンダー」](#)



各相談機関で相談時間等を変更している場合があります。
詳しくは各機関のホームページ等をご確認ください。

