

SNS相談窓口



こころといのちのライン相談

ご相談者の不安や悩みなどを受け止め、解決のいとぐちを見つけられるようお手伝いする窓口です。専門の相談員が対応し、プライバシーは厳守されます。

相談時間 日・水・木：18時から22時 最終受付：21時30分

LINE



NPO法人自殺対策支援センターライフリンク

「生きづらびっと」「よりそいチャット」などのSNSやチャットによる自殺防止の相談を行い、必要に応じて電話や対面による支援や居場所活動等へのつながりも行います。

LINE @yorisoi-chat



チャット <https://yorisoi-chat.jp/>



相談時間 月・火・木・金・日：午後5時から午後10時30分（午後10時まで受付）
水：午前11時から午後4時30分（午後4時まで受付）

NPO法人東京メンタルヘルス・スクエア

「こころのほっとチャット」では主要SNS（LINE、Twitter、Facebook）およびチャットから、年齢・性別を問わず相談に応じています。

LINE @kokorohotchat

チャット https://www.npo-tms.or.jp/public/kokoro_hotchat/

LINE



チャット



相談時間 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）
毎月1回 最終土曜日から日曜日 24時から5時50分（5時まで受付）

NPO法人BONDプロジェクト

10代20代の女性のためのLINE相談を実施しています。

LINE @bondproject

相談時間 月・水・木・金・土：10時から22時（21時30分まで受付）

LINE

