

# 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、解決のいど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

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・金：6時から22時30分 日・火・水・木・土：8時から22時30分（22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、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/](https://www.npo-tms.or.jp/public/kokoro_hotchat/)

LINE



チャット



**相談時間** 毎日：7時から23時50分（23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・金・土・日：14時から22時（21時30分まで受付）

LINE

