

学生相談室だより

令和6年8月号
弓削商船高等専門学校
スクールソーシャルワーカー
春田 裕和

こんにちは、学生相談室スクールソーシャルワーカーの春田です。
夏季休業の半ばが過ぎましたが、元気に活動していますか。しかし、長い夏休み中に、悩むことがあれば、困ったことがあれば、皆さんはどうしますか？一人で悩みや困り感をもって生活することはつらいことですね。そんな時、だれかに相談してみましょう。自分の思いを人に聞いてもらうだけでも、心は軽くなります。人に直接会って相談するのがつらいと思っている人は下記の相談窓口で、一人で悩まず相談してみましょう。



こころの相談窓口 (令和6年9月現在)

相談窓口	電話番号 0120 は通話料無料	受付日時
こころといのちの ほっとダイヤル 愛媛県	0120-188-556	平日 17:00~翌日 9:00 休日 24時間
こころといのちのLINE相談 愛媛県		日・水・木曜 18時~22時 (21時30分まで受付)
こころの悩み相談 広島県	080-1577-4774	月・火・木・金曜 9時~12時、13時~16時
こころの電話 広島県	080-8230-6037	水・土曜 9時~12時、13時~16時30分
こころのLINE相談@広島県		火・木・土・日曜日 17時~22時
いのちの電話	0120-783-556	毎日 16時~21時 毎月10日は8時~翌11日8時
よりそいホットライン	0120-279-338	
24時間子供SOSダイヤル	0120-0-78310	
チャイルドライン	0120-99-7777	毎日 16時~21時 (18歳まで)
子どもの人権110番	0120-007-110	平日 8時30分~17時15分
児童相談所虐待対応ダイヤル	189	
愛媛県LGBT電話相談	070-4286-0409	毎月第2月曜・第4日曜 18時~ 21時30分 (21時20分まで受付)
エソール広島LGBT電話相談	082-207-3130	毎週土曜日(祝日休み)10時~16時

〇生きづらびっと

SNSやチャットによる自殺防止相談を行い、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ぎも行います

LINE



Web



チャット



〇こころのほっとチャット

主要SNS (LINE、Facebook) およびウェブチャットから、年齢・性別を問わず相談に応じています

LINE



Face
book



Web



〇特定非営利活動法人あなたの居場所

年齢や性別を問わず、誰でも無料・匿名で利用できるチャット相談窓口です (24時間365)

チャット



LINE



〇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相談です