

ひとりで悩まず、相談してみませんか？

学校のこと

学校生活で困っている。電話は緊張するので、ラインで相談した。

ラインだと緊張せず、気軽に相談できた！

家族のこと

子育てや家庭について悩んでいて、気分が落ち込むため、電話で相談した。

話を聞いてもらえて気持ちの整理がよかった！

仕事のこと

仕事で悩んで食欲がない。身近な人には相談しづらいため、ライン相談を利用した。

ラインなので周りにも知られず相談できた。誰かに話すことの大切さを実感した！

いろんなこと…

自分の悩みを周りに相談できない。最近眠れなくなったため、電話相談を利用した。

寄り添ってもらえて気分が楽になった！不眠の相談先を案内してもらえた。

相談無料

匿名可

予約不要

SNS相談 **こころのライン相談@広島県**

登録はこちらから

時期により、開設日時が変更する可能性があります。

最新情報は広島県のホームページで確認ください。

開設期間 令和5年4月1日～ **17時～22時** 火・木・土・日

広島県から事業を委託した法人の公認心理師、臨床心理士、精神保健福祉士等が対応します。対象者は、広島県内に在住か通勤通学をされている方です。

電話相談 **広島県こころの悩み相談**

080-1577-4774※

開設期間 9～12時・13～16時 月・火・木・金
精神保健に関するスタッフが対応します。 祝日・年末年始を除く

広島市内にお住まいの方

開設期間 平日8時30分～17時
広島市精神保健福祉センターの電話相談をご利用ください。 祝日・年末年始・8月6日除く (広島市中区富士見町11-27)

082-245-7731※

その他の相談窓口

こころの電話 令和5年4月1日～
(水・土 9時～12時/13時～16時30分)
082-892-9090※

思春期こころの電話相談
(平日10時～16時) **082-256-0007**※

広島県自殺予防いのちの電話
フリーダイヤル・無料 (毎月20日 8時～20時)
0120-375-568

広島県自殺・うつ病対策情報サイト
<https://www.pref.hiroshima.lg.jp/site/suicide/>

※ 通話料はかかります