

ゴールデンウィーク、困ったときは

きみまもが休みの間に相談できる(話ができる)窓口です
困ったとき や つらいときは連絡してください



ぱっぷす

<https://www.paps.jp/>

050-3177-5432

様々な困りごとのある女性が、
電話やメールで相談できます。



レスキューハブ

<https://rescuehub.jp/>

080-4688-5537

様々な困りごとのある女性が、
電話やメールで相談できます。



#いのちSOS

<https://www.lifelink.or.jp/inochisos/>

0120-061-0808

「生きるのに疲れた」
「消えたい」人向けの電話相談です。



ホームリダクション東京

<https://hrtokyo.net/>

クスリを使うことがある人が、
暮らしや健康のことで困っている
ことについて、話すことができます。



生きずらびっと (8:00~22:30)

<https://yorisoi-chat.jp/>

「むなしい」「つらい」
「さびしい」などの悩みを
LINEやWEBなどで相談できます。

