

お話が苦手な方でも大丈夫! 本当の気持ちを教えてください。

静岡県

うちあけダイヤル

自分の気持ち、話せるよ。

LINE相談

相

談



無

料



高校生
17歳

「学校に行くのが怖い」
「身近な人に相談しにくい」
「一人では解決できない」



相談員

そんな時、
ありのままの気持ちを
打ち明けてみませんか?

どうやって
相談するの?

LINEアプリの「その他」→「友だち追加」から「QRコード」で友だちを追加して相談メッセージを送信してください。
相談員がメッセージで返信します。

相談日時

平日 14:00~22:00 土日祝日 14:00~21:00 まで相談受付中。
※令和6年3月31日(日)まで

プライバシー・秘密を守ります

※LINE相談では、名前や住所などの個人を特定する情報は取得していません。

※会話の内容は、セキュリティシステムによって保護されているため、相談員と相談者以外、見ることはできません。



大切な人の悩みに
気付く、支える

あなたも **ゲートキーパー** に

悩みを抱えている方の「心のSOS」に気付く、悩みをよく聴き、一緒に考える人をゲートキーパーといいます。

《ゲートキーパーの役割》

気付く

家族や仲間の
変化に気づく

声を掛ける・聴く

本人の気持ちを
尊重し、耳を傾ける

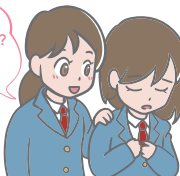
つなぐ

専門家に相談する
よう早めに促す

見守る

温かく寄り添いなが
ら、じっくりと見守る

何かあったの?
話を聴くよ。



ゲートキーパーになるための特別な技術や資格は必要ありません。大切な人を支えたいという気持ちが大切です。

ゲートキーパーの
詳細はこちら



静岡県

うちあけダイヤル

自分の気持ち、話せるよ。

『うちあけダイヤル』では常時2つの相談窓口を開設しています。
「こんなこと相談していいのかな?」と思ったことでも大丈夫です。
お気軽にお問い合わせください。



親にも
友だちにも
言えないこと。

打ち明けられる
場所、あります。

LINE相談

相談方法、『LINE相談』の日程は表面をご覧ください。
対象者：静岡県内在住の39歳以下の若者

24時間子供SOSダイヤル

 0120-0-78310

《24時間対応》

対象者：小学生、中学生、高校生

若者こころの悩み相談窓口

 0800-200-2326

《24時間対応》

対象者：静岡県内在住の39歳以下の若者

うちあけダイヤル
ウェブサイト

相談は無料です。

うちあけダイヤル

検索

※名前や住所などの個人を特定する情報は取得していません。※相談は無料です。ただしスマートフォンでおかけの際、定額制のプランに入っていない場合、データ通信料がかかることがあります。※多くの方が相談している場合など、電話がつながりにくい場合があります。その際は時間をあけてかけ直してください。※法令に違反するもの、脅迫的なもの、そのほか活動を妨げる行為を禁止します。※医療や法律、インターネット上のトラブルなど、専門的な知識を必要とする内容にはお答えできない場合もあります。

