

もう、あなたをひとりにしたくない。



フリーダイヤル

つなぐ

ささえる

0120-279-338

よりそいホットライン

どんなひとの、どんな悩みにもよりそって、
一緒に解決する方法を探します。

電話相談の専門員がお待ちしています。ひとりで抱え込まずに、お電話ください。

※岩手県・宮城県・福島県以外の全国どこからでもかけられます

※秘密は守ります

岩手県・宮城県・福島県からおかけの方は0120-279-226へおかけください。

※電話番号をお確かめのうえ、おかけください



よりそい
ホットライン

0120-279-338

に電話をする。

※携帯電話（PHS）、
公衆電話からもつながります。

音声ガイダンスが
流れます。

相談したいことを
選んでください。

24時間 通話料無料

※電話番号をお確かめのうえ、おかけください

1

暮らしの中で困っていること、
気持ちや悩みを聞いてほしい方

2

外国語による相談 (Helpline for Foreigners)

英語、中国語、韓国・朝鮮語、タイ語、タガログ語、
スペイン語、ポルトガル語、ベトナム語、ネパール語
インドネシア語

3

性暴力、ドメスティックバイオレンスなど
女性の相談

4

性別や同性愛などに関わる相談

5

自殺を考えるほど思い悩んでいる方

8

被災者の方で困っている方

Helpline for Foreigners

외국인상담전화

外国人援助热线 / 外国人援助熱線

Línea de ayuda para extranjeros

Linha de ajuda aos estrangeiros

Helpline para sa dayuhan

สายด่วนช่วยเหลือชาวต่างชาติ

Điện thoại tư vấn cho người ngoại quốc

विदेशीका लागि सल्लाह गर्ने फोन नम्बर

Call the toll-free number and after the Japanese guidance, press 2.

무료 전화번호로 전화를 거시고, 일본어 안내 후 2번을 누르십시오.

撥打本免費專線、待日語音說明後、請按 2 / 撥打本免費專線、待日語音說明後、請按 2

Puede llamar sin costo después de la grabadora en japonés, favor de empujar el numero 2.

Ligue para 0120-279-338 (gratuito) e após a gravação em japonês, aperte a tecla número 2.

I-dial ang toll-free number, at pagkatapos ng guidance sa wikang Japanese, pindutin ang 2

โทรมาที่หมายเลข 0120-279-338 จากนั้นกด 2 หลังข้อความตอบรับภาษาญี่ปุ่น

Gọi số 0120-279-338, sau khi nghe giải thích tiếng Nhật, rồi bấm số 2.

सल्लाह गर्ने टेलीफोन नम्बर ०१२०-२७९-३३८ मा फोन गरेर जापानी भाषाबाट बगिने गाइड्स सकिएपछि [२] थिच्नुहोस्।

☎番を押すと
9カ国語で対応
10am~10pm

私なんか
必要とされて
いない

収入が
不安定で、
先が見えない

いじめられているけど
誰にも言えない

自分が悪いから
こんな目に
あってる

自分の性別に
違和感がある

さびしい。
生きていくのが
つらい

多額の借金を
かかえてしまった

家族が
バラバラで、
つらい

住む家も
食べるものも
ない

誰なら私に
気づいて
くれるの？

夫の暴力を、
誰にも
相談できない

理由もなく、
解雇された

●どんな方のどんな悩みでも
受け付けます。

生活 / 仕事 / 住居 / 自殺念慮 / 心 /
家庭 / お金 / 病気 / 障がい /
犯罪 / 性 / DV・性暴力 /
子ども / 法律、法的手続き /
行政、その他の諸手続き /
教育 / 人間関係 / 外国籍 /
被災地・原発 / その他



お悩みつばきサイトモヤッター
Moyatter
<http://moyatter.jp>

facebook ▶ Moyatter
<https://www.facebook.com/moyatter>
twitter ▶ Moyatter_ふう
ユーザー名: @moyatter_huu

通話による聞き取りが難しい方は
ファクシミリでのご相談にも応じております。

 **FAX 0120-773-776**

私たち社会的包摂サポートセンターは、社会的に排除されがちな人（生活困窮者、外国人、セクシュアルマイノリティ、DV・性暴力被害者、障がい者、ホームレス、多重債務者、ひとり親世帯など）への多角的な支援事業を通して、誰もが「居場所」や「出番」を実感できる社会の実現を目指しています。

一般社団法人 社会的包摂サポートセンター

相談事業で取得した個人情報は、法令などにより開示を求められた場合を除きご相談者様の同意無しに、原則として第三者に開示・提供することはありません。
相談事業で取得した情報は、個人を特定しない統計的情報を目的に利用させていただくことがあります。詳しくはホームページをご覧ください。