

孤独・孤立及びそれに付随する問題でお悩みの方の相談窓口

外務省では在外邦人の方々の孤独・孤立及びそれに付随する問題（心の病、いじめ、性犯罪、虐待、DV等）に対応するため、日本国内の5つのNPO団体と連携した取り組みを開始しました。

お悩みのある方は、以下の団体の窓口で日本語によるチャット・SNS相談等ができますので、ご利用下さい。

【特定営利活動法人5団体。組織名50音順】

1 あなたのいばしょ (<https://talkme.jp/>)

SNSやチャット相談を通じて孤独・自殺対策に取り組んでいます。24時間365日、年齢や性別を問わず、誰でも無料・匿名で利用できます。

2 自殺対策支援センターライフリンク (<https://yorisoi-chat.jp/>)

SNSやチャットによる自殺防止の相談を行い、必要に応じて電話や対面による支援も行います。さまざまな分野の専門家及び全国の地域拠点、在外公館と連携して「生きることの包括的な支援」を行っています。

3 チャイルドライン支援センター (<https://childline.or.jp/>)

18歳以下の子ども対象にお話を聴いています。海外からはオンラインチャットによる相談ができます。

4 東京メンタルヘルス・スクエア (<https://www.npo-tms.or.jp/>)

主要SNS（LINE、Twitter、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ます。相談内容等から必要に応じて対面相談・電話相談（一般電話回線の他にLINE、Skypeなどの通話アプリにも対応）、および必要な場合に在外公館を含む各種公的機関やさまざまな分野のNPO団体へつなぎ支援を行っています。

5 BONDプロジェクト (<https://bondproject.jp/>)

“生きづらさを抱えた10代20代の女性”に世代が近い相談対応スタッフが寄り添って一緒に考えます。SNS、電話、対面、同行支援等の相談を行っています。

【参考：国内における孤独・孤立対策にかかる政府の取組（内閣官房）】

https://www.cas.go.jp/jp/seisaku/kodoku_koritsu_taisaku/

(問い合わせ先)

在クリチバ日本国総領事館

－電話：41-3322-4919

－e-mail：setorconsular@c1.mofa.go.jp