

孤独・孤立及びそれに付随する問題でお悩みの方へ

孤独・孤立及びそれに付随する問題（DV、虐待、いじめ、精神疾患等）でお悩みの方にご利用いただける相談窓口（外務省が連携する日本国内のNPO団体）をご案内します。

1 日本では本年3月、社会的不安に寄り添い、深刻化する社会的な孤独・孤立の問題について総合的な対策を推進するための企画立案・総合調整に関する事務を行うため、内閣官房に「孤独・孤立対策担当室」が設置されました。

2. 外務省（含：日本国大使館、総領事館）では、日本国内のNPO団体と連携し、在留邦人の皆様が抱える孤独・孤立及びそれに付随する様々な問題（DV、虐待、いじめ、精神疾患等）に対してきめ細かく対応します。悩みをお抱えの方は、以下団体の窓口で日本語によるチャット・SNS相談等を受けることができますので、ご利用ください。

（組織名 50 音順）

■ 特定非営利活動法人あなたのいばしょ

<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。

■ 特定非営利活動法人 自殺対策支援センターライフリンク

<https://yoriso-i-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。

■ 特定非営利活動法人 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。

（対応日時）

<https://childline.or.jp/chat/calendar>

■ 特定非営利活動法人 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。

■ 特定非営利活動法人 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”に世代に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。

©日本国内における孤独・孤立対策にかかる日本政府の取組はこちら

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