



あなたの悩みを LINEで お話ししてみよう

友だちや人間関係のこと

学校生活のこと

自分の心や身体のこと

家族 友だち 先生に言えないこと
安心して 聴いてもらえる 場所があるよ

○相談日 **水曜日と日曜日**

※10月・2月の日曜日はお休みします

○受付時間 **17時～21時**

※相談終了 21時30分

お金はかかりません

秘密は守られます

7・8・9月の毎週水曜日は、大学生等に相談できるピア・デイを実施します。
受付時間 18時～20時 ※相談終了 20時30分

○対象者(相談できる人)

長野県内の学校に在籍する「中学生・高校生」※

※中学校、義務教育学校後期課程、中等教育学校、高等学校、
特別支援学校中等部・高等部、専修学校高等課程等



©長野県アルクマ

○相談方法

左下の二次元コード、またはURLから「友だち追加」をして、受付時間に相談してください。



友だち追加用 URL

<https://lin.ee/2JwbqMc>

LINE 相談 Q&A



※令和6年度の二次元コードは使えません。あらためて「友だち追加」してください。

あなたの相談内容やプライバシーは守られます。万が一、あなたの生命や身体等の安全を守る必要があると感じた時には、やむを得ず関係機関に連絡することがあります。