

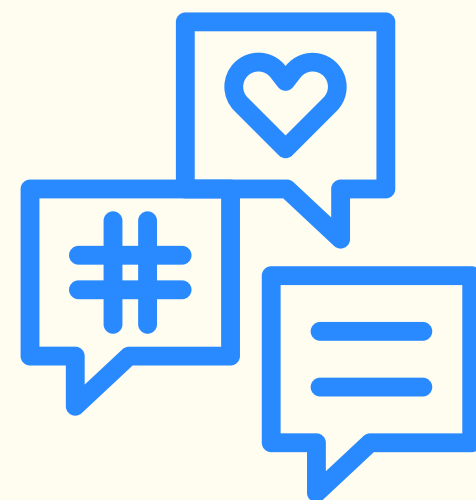
学外の相談窓口

北海道救急医療 広域災害情報システム



北海道の医療機関や医療情報の
WEB サイト

#いのち SOS



自殺予防の専用ダイヤル(24 時間)
TEL：0120-067-338
その他、チャット・メール相談

生きづらびっと



誰にも相談できない悩みに SNS で相談
* LINE・Facebook
月 金 6:00 ～ 22:30
日 火 水 木 土 8:00 ～ 22:30 (受付：22:00)

性暴力被害者 支援センター北海道 「SACRACH さくらこ」



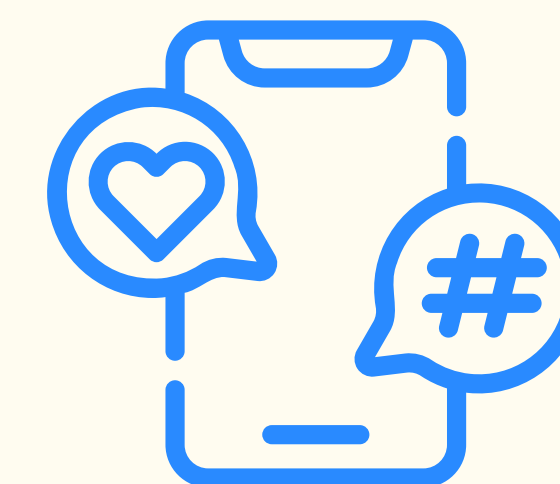
AV 出演被害、レイプ、強制わいせつ、性被害、
ちかん、性虐待、性暴力被害にあわれた方
の支援機関 * 電話・LINE・メール相談
夜間休日相談 #8891(24 時間)

よりそいホットライン



誰でも利用できる悩み相談窓口
TEL：0120-279-338

北海道こころの健康 SNS 相談窓口



* LINE 相談
月～土・祝日 18:00 ～ 22:00
日 18:00 ～ 6:00