

【千葉県のいのち支えるSNS相談】

# ひとりで悩んで いませんか？

生きていることがつらくなったら  
相談してください

匿名で相談できます

秘密は必ずまもります



千葉県では「どうしたら良いか分からない」「死にたいほどつらい」「まわりの誰にも言えない」  
不安な気持ちを抱えた方に寄り添えるよう、LINEでの相談を実施します。

相談期間 令和6年4月1日 ▶ 令和7年3月31日

受付時間 14:00～21:30 (22:00まで対応)

相談  
受付日

4～2月 ▶ 毎週水曜・土曜・日曜  
3月 ▶ 毎週月曜・水曜・土曜・日曜  
(9月10日～16日は毎日実施)

## 登録方法



千葉県マスコットキャラクター  
チーバくん



1 「ホーム」から「友だち追加」  
をタップ。



2 「友だち追加」から「QRコード」  
をタップ。



3 QRコードを読み取って、「追加」を  
タップし「いのち支えるSNS@ちば」  
を登録

お友だち  
追加してね



※機種によって、表示が異なる  
場合があります。

！相談期間中は、多くの相談が入ります。場合によっては、すぐに相談することができないことがあります。その場合は、しばらくしてから、もう一度メッセージを送るか、下記の番号に相談してください。嘘や真実と異なる内容やスタンプの連打などのいたずらは、相談したい人の迷惑になりますので、決してしないでください。

●相談内容等のプライバシーは守ります。相談者の同意なく、個人情報や相談内容を第三者に公開することはありません。●身体や命に危険があると判断した場合など、緊急時に限り、相談内容を含む個人情報を警察などの関係機関と共有することがあります。●いたずらなどの目的外利用と判断される内容のご相談には、対応できない場合があります。●相談内容や相談画面を、千葉県に無断で転送、転載、公表（リツイート、シェアなどの拡散、その他の手段による公開）等することはできません。●今後の相談対応の質の向上のため、個人が特定できない形で、実績の公表や事業の検証をする場合があります。ただし、その際も個人情報が第三者に漏れることはありません。

相談時間外やLINE 相談受付期間外は、電話相談もご利用ください。

こころの健康相談統一ダイヤル ☎0570-064-556

千葉県健康福祉部 健康づくり支援課