



いのち  
支える

# こころといのちの 法律相談



借金、家庭内暴力、過労・パワハラ、いじめ、  
性犯罪被害、うつ、コロナの影響で失業した、  
コロナの後遺症に苦しんでいる、  
物価高で生活が苦しい

こんな悩みごとが頭から離れず、夜よく眠れない、  
自殺を考えることがある

「もう死んでしまいたい」ほどの問題・悩みに追い詰められたとしても、  
一人で抱えこまずにお話してください。

弁護士又は精神保健福祉士があなたのお悩みに無料で電話相談に応じます

2024年 9月26日 木

10月28日 月

11月28日 木

12月13日 金

12月23日 月

2025年 1月 8日 水

1月28日 火

受付時間はいつでも、15時～19時です。

- 東京都地域自殺対策強化補助事業として実施するものです。
- 未成年者を含む若い方も遠慮せずにご相談ください。
- 新型コロナウイルスに関連した相談を含めて、広くご相談に応じます。

電話番号

東京・千葉・神奈川・埼玉・茨城・栃木・群馬 発信限定  
フリーダイヤル 通話料無料

こころにやさしく  
0120-556-289

全国 通話料がかかります

03-6257-1007

主催/後援

東京弁護士会・第一東京弁護士会・第二東京弁護士会／  
日本弁護士連合会・東京精神保健福祉士協会・法テラス東京

お問い合わせ

第一東京弁護士会人権法制課 03-3595-8583