



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、コロナに罹患して差別された、  
コロナに罹患した家族を看取れず苦しんでいる

こんな悩みごとが頭から離れず、夜よく眠れない、自殺をすることがある  
「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

- 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。

電話番号

東京・千葉・神奈川・埼玉・茨城 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

受付時間はいずれも、15時～19時です。  
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。

2022年 9月30日(金)

10月21日(金)

11月28日(月)

12月23日(金)

2023年 1月20日(金)

受付時間はいずれも、13時～19時です。

2022年 12月19日(月)

40歳未満の方限定  
2023年 1月16日(月)

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