

こどく ひとりっ  
**孤独・孤立 相談ダイヤル**（通話料無料）

～悩みをひとりで抱えている方へ～



12月1日（木）  
昼12時

12月2日（金）  
昼12時

誰にも頼れず、ひとりで  
悩み事をかかえていませんか

つらいときは電話で  
「#9999」にかけて  
相談してみてください



#9999

（かからない時は  
0120-494949へ  
おかけください）



内閣官房

