

一人で悩んでいませんか？ まずはお電話ください。



お電話で無料相談

あなたは一人ではありません。あなたのそばに私たちがいます。忘れないで！

土・日曜日
10時-22時



0120-914-994

平日
10時-22時

0263-75-8368

相談の悩み事を確認しながら、支援方法を一緒に考えます。必要に応じて、最寄りの相談機関を紹介したり、専門家と一緒に解決方法を見出したり、自立に向けたお手伝いをします。

※秘密は守ります。

電話
相談

面談

同行
支援

自立と
生活
再建へ

一人で
悩んでいる
あなた

- 生活必需品(フードバンク)支援
- シェルター
- 居場所の支援
- 子ども塾
- カフェサロン
- 医療ケア
- 介護支援
- 司法手続
- 生活保護
- 行政手続
- 障害者支援制度活用
- 就労支援
- 人材育成

地域で支え・認め合い、つながりを広げ、誰もがしあわせな社会を創りましょう！

特定非営利活動法人 **NPO ホットライン信州**

独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業