

紛争に関するこころの健康相談電話

Telephone Counseling for Ukraine Conflict issues



050-3174-4522

【開設日時 / Time for service】

毎週水曜・土曜 10時～13時

every Wednesday/Saturday 10:00am~13:00pm

【相談可能言語 / available languages】

英語・日本語 English/Japanese

- ウクライナからの避難者、日本人の支援者の皆様にご利用いただけます。
This support line is for evacuees from Ukraine and Japanese supporters.
- フリーダイヤルではありません。通話料がかかりますのでご注意ください。
This support line is NOT a free line. The standard call fees apply

2022年6月15日
から相談を受け付けます
This support line will
start from June 15th,
2022

この相談電話は、ウクライナ紛争にまつわる不安な気持ちの対処法や子どもたちへの対応など、日本人のみならず日本で暮らす外国人の方々も、日常を落ち着いて過ごすための方法等について、一緒に考えることを目指しています。

The support line is available for those who would like to know more about dealing with both adults' and children's anxiety and other psychological problems related to the conflict in Ukraine. Calls can be made in English and we are here to help you maintain a stable life.

- 多くのご相談を受けるために相談時間は30分程度とさせていただきます。
Each support session will be approximately 30 minutes to ensure availability to all who seek it.
- この相談電話は回線の状況によって、聴きづらくなったり、途切れたりすることがあることをご承知ください。
In the event of any connection problems, we would like to ask for your understanding and patient.
- ウクライナからの避難者の方々は、居住地の自治体が設ける窓口のご利用もご検討ください。
Those who have been evacuated from Ukraine can also use the support from the municipal government. In addition to our support line, you can contact the following.

【参考】関係自治体等が開設している相談窓口一覧

Lists of municipal consultation centers

<https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/uk/news/tips/#057>



この電話相談は日本公認心理師協会と日本臨床心理士会が共催しています。
This support line is run by the Japanese Association of Certified Public Psychologists and Japanese Society of Certified Clinical Psychologists.