

新型コロナウイルスのために、家で過ごす時間が多くなっています。

困っていることはありませんか？



コロナ

コロナかも？

神奈川県新型コロナウイルス感染症専用ダイヤル

午前9時～午後9時（土日祝含む）

045-285-0536

※ただし、現在、電話が大変つながりにくいそうです。
インターネットの「神奈川県新型コロナウイルス感染症対策サイト」も参考にしてください。

いのちのほっとらいん@かながわ

LINEで友だち追加またはQRコードで
ID「@inochi2020」

月～金・土：午後5時～午後10時

2021年3月31日まで



こころ

- ・コロナ疲れ
- ・コロナうつ
- ・不安
- ・気分が落ち込む
- ・眠れない
- ・イライラする



こころの電話相談

「神奈川県精神保健福祉センター」

こころの電話相談

月～金：午前9時～午後9時（土日祝は休み）

0120-821-606

新型コロナウイルス感染症関連SNS
心の相談（厚生労働省）

月～金：午後6時～午後9時30分

土日祝：午後2時～午後9時30分

家族関係

家庭の中で困っていること



・児童相談所全国共通ダイヤル
186（いちはやく）

・こども・家庭110番
（神奈川県中央児童相談所）
0466-84-7000
毎日午前9時～午後8時

・人権・子どもホットライン
（神奈川県総合療育相談センター）
0466-84-1616
毎日午前9時から午後8時

神奈川県DV相談

（女性相談員）

0466-26-5550

月金：午前9時～午後9時 土日：午前9時～午後5時