



## 電話相談一覧表



※祝日・年末年始は実施されない相談がありますので各相談先にご確認下さい。

Mon	月	☀️ 16:00~18:00	⑦大阪弁護士会 LGBTsのための電話相談	☎06-6364-6251	第4月曜日	
		🌙 17:30~20:00	⑥新潟市性的マイノリティ(LGBT)電話相談	☎025-241-8510	第1月曜日	※2021.5月 2022.1月は実施なし
		🌙 18:00~21:00	③香川県性的少数者 (LGBT) 電話相談	☎087-832-3222	第1月曜日	
		🌙 19:00~21:00	⑧PROUD LIFE レインボー・ホットライン	☎0120-51-9181	第1月曜日	※詳細は 🐦@PROUDLIFE1
		🌙 19:00~21:00	⑧LINE 相談レインボー・ホットライン	📱LINE相談		
Tue	火	☀️ 14:00~16:00	④④荒川区 LGBT 専門相談	☎03-3809-2890	第4火曜日	※LINE 通話可 🌱対面(筆談) 🇬🇧英語(要相談)
		☀️ 9:00~21:00	⑦青森市男女共同参画プラザ「カダール」にじいる電話相談	☎017-776-8803		
		☀️ 偶数月 14:00~18:00	②③多摩市 LGBT 電話相談	☎042-355-2112	第3火曜日	🌱メール (時間要する) 🇬🇧英語メール
		☀️ 奇数月 16:00~20:00				
		☀️ 16:30~20:15	①芦屋市 LGBT 電話相談	☎0797-38-2111	第1・第3火曜日	
		🌙 17:00~20:00	④④浦添市 LGBT 電話相談窓口	☎070-5491-3228	第3火曜日	
		🌙 18:00~22:00	②⑥東京都性自認及び性的指向に関する専門電話相談	☎03-3812-3727		
		🌙 20:00~22:00	④アカー LGBTのためのヘルプラインサービス	☎03-3380-2269		
Wed	水	☀️ 15:00~18:00	②④宝塚市セクシュアルマイノリティ電話相談	☎0797-71-2136		
		☀️ 15:30~18:30	②⑧八王子市 LGBT 電話相談	☎042-648-2238	奇数月 第4水曜日	🇬🇧英語メール (時間要する)
		🌙 17:30~20:30	③⑤むさしのにじいる電話相談	☎0422-38-5187	第2水曜日	対面
		🌙 18:00~20:00	⑦⑦水戸市性的マイノリティに関する電話相談	☎029-233-7830	第2水曜日	🌱メール
		🌙 20:00~22:00	④アカー LGBTのためのヘルプラインサービス	☎03-3380-2269		
Thu	木	☀️ 12:30~16:30	④④明石にじいる相談	☎078-918-5276		🌱メール
		☀️ 16:00~20:00	①⑧札幌市 LGBT ほっとライン	☎011-728-2216		
		🌙 17:00~20:00	④④北区スペースゆう・にじいる電話相談	☎03-3913-0162	第4木曜日	
		🌙 17:00~21:00	④③岡崎市 LGBT 電話相談	☎0564-23-7681	第3木曜日	
		🌙 18:00~20:00	④④茨城県性的マイノリティに関する相談室	☎029-301-3216		🌱メール 🇬🇧英語メール、電話(目による)
		🌙 19:00~21:00	⑥SHIP・ほっとライン	☎045-548-3980		
		🌙 20:00~22:00	④アカー LGBTのためのヘルプラインサービス	☎03-3380-2269		
Fri	金	☀️ 14:00~17:00	②②世田谷にじいるひろば電話相談	☎03-6805-5875	第1・第3金曜日	
		☀️ 14:00~20:00	③③みえにじいる相談	☎059-233-1134	第3金曜日	
		🌙 18:00~21:00	②②世田谷にじいるひろば電話相談	☎03-6805-5875	第2・第4金曜日	
		🌙 18:00~22:00	②⑥東京都性自認及び性的指向に関する専門電話相談	☎03-3812-3727		
		🌙 19:00~21:00	③③名古屋市セクシュアル・マイノリティ電話相談	☎052-321-5061	第2金曜日	
Sat	土	☀️ 10:00~15:00	③③富田林にじいるホットライン	☎0721-20-0285	第1・第2・第3土曜日	
		☀️ 14:00~17:00	④④北区ゆう・にじいる電話相談	☎03-3913-0162	第1土曜日	
		☀️ 13:00~16:00	①⑥渋谷区アイリスにじいる電話相談	☎03-3464-3401	第2・第4土曜日	
		☀️ 14:00~17:00	②②静岡市にじいる電話相談	☎054-248-2216	第2土曜日	
		🌙 18:00~21:00	③③香川県性的少数者 (LGBT) 電話相談	☎087-832-3222	第3土曜日	
Sun	日	☀️ 13:00~19:00	③③みえにじいる相談	☎059-233-1134	第1日曜日	
		🌙 19:00~21:00	④④ハレルワ LINE 相談	📱LINE相談	第3日曜日	🐦@hareruwa_info 外国語
Other	他	☀️ 随時	②②よりそいホットライン24時間 / 365日	☎0120-279-338 チャット相談 (水曜・金曜・日曜 16時~22時)		🇬🇧外国語
		🌙 月に2回 18:50~21:50	①③L-Port にじいる talk-talk	📱LINE相談		詳細は🐦@LLinq2018 ※主に中・高・大学生や若年層
		🌙 月曜~金曜 20:00~22:00	①⑤性と人権ネットワークESTO	☎080-6049-8843		🌱メール
		☀️ 土曜・日曜 13:00~22:00				
🌙 月曜・水曜・木曜 17:00~22:00	②⑥東京都性自認及び性的指向に関する専門 LINE 相談	📱LINE相談		「LGBT相談@東京」で検索		