



# ひとりで抱えないで、 いつでも相談してね。

**NEW**

## SNS相談「なら Cocoro ライン」

LINE

で「友だち登録」、下記の期間なら、リアルタイムで相談 OK★



相談期間 2021年8月24日～9月6日、2022年1月4日～1月17日

受付時間 17:00～22:00（受け付け終了は21:30）

## メール相談「悩みならメール」

学校・家庭・友だち・進路・・・悩みがあれば QR コードにスマートフォンを！

**soudan@soudan-nara-mail.jp**



相談員からの返信を受信できるように設定しておいてね。（返事には5日ほどかかることもあるよ。）

24時間受付・年中無休であなたの悩みに寄り添います。

（平日9時～17時以外は「奈良ののちの電話」に転送）

## 「24時間子供SOSダイヤル」

0120-0-78310 **通話料無料**

## 電話教育相談「あすなるダイヤル」

0744-34-5560 **要通話料**