# 品川区若者の心と体の健康相談事業（ユースヘルスケアしながわほけんしつ）




## サポートの内容

思春期の子ども・若者が、心やからだ、性に関する悩みを気軽に相談できる窓口として、専門家によるチャット相談、オンライン相談、対面相談を実施しています。
チャット相談は匿名でも可能で、秘密は必ず守ります。

## 分野

孤独感や孤立、寂しさ / こころやからだの悩み / ひきこもり / 家庭・家族・パートナーの悩み / 学校・学業の悩み / その他

## 対象地域

品川区

## メッセージ

どんなことでも気軽に聞いてください。うまく話せなくても大丈夫です。

## 寄せられた悩み

・ストレスやイライラでつらいなど、心の健康について
・思春期の変化や体形について
・生理や妊娠について
・好きになる性や性別について
・親や家族、学校、恋愛などの人間関係について

## 対象年齢

品川区内在住か在学で、中学生から19歳までの方

## 料金

無料

## LINE相談

アカウント：しなわかチャット
URL：https://line.me/R/ti/p/@557hades?ts=12251328&oat_content=url#~
受付時間：月・火・木・金曜日：午後4時～9時
日曜日：午前10時～午後3時
備考：相談履歴が残るので継続的な相談ができます。
相談日以外は、LINE上のチャットボットにより、様々な悩み・疑問の選択肢を選ぶことで自動回答します。

## チャット相談

URL：https://shinagawa-youth.sodan.chat/
受付時間：月・火・木・金曜日：午後4時～9時
日曜日：午前10時～午後3時
備考：匿名で相談することもできます。

**その他の相談**

月1回程度、区内の児童センターを中心に対面相談会を開催しています。
遊びや企画に参加したり、ぼうっとくつろいだり、相談員と楽しくおしゃべりしたりと自由に過ごせます。相談員と個別相談ができるブースも用意しています。

**24時間受付可能なもの**

LINE相談

**詳細ページ**

https://www.wakapota.metro.tokyo.lg.jp/support/detail.php?id=427

**Instagram**

https://www.instagram.com/shinagawa.youth