

# 「ウクライナ関連こころの健康相談電話」のご案内

## “Mental Health Support Line for Ukraine related issues”

(2022年5月20日)

思いがけない国際紛争が生じ、我が国にも避難者が渡ってこられています。この紛争による私たちの生活への影響も少しずつ及んで来るようで、日常の不安が増す昨今です。 Unexpected international conflict has occurred and the impact of this conflict on our daily lives seems to be increasingly become more visible. It may increase anxiety and other mental health issues.

一般社団法人日本臨床心理士会では、こうした不安に対処するために、「ウクライナ関連こころの健康相談電話」を開設しています。

Regarding these mental health issues, Japanese Society of Certified Clinical Psychologists (JSCCP) has established a “Mental Health Support Line for Ukraine related issues.”

今回の相談電話は日本語、英語、ウクライナ語、ロシア語の相談対応が可能です。 The support line available in English, Ukrainian, Russian, and Japanese.

**期間**：2022年6月1日から11月末日まで

Period: from June 1st 2022 to the end of November

**開設時間**：毎週水曜日 午前10時～14時

Time for service: Every Wednesday from 10:00AM to 14:00PM

**電話番号**： 03-3813-9990

### Telephone Number

※この相談電話は、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 want to know more about dealing with children's anxiety and other mood problems. It is not only for Japanese but also for non-Japanese speakers who live in Japan. We can help you to find out the ways the children feel secure and stable.

※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。

【参考】関係自治体等が開設している相談窓口一覧

[https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/en/news/20220422\\_41/](https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/en/news/20220422_41/)

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

\* 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.

Lists of municipal consultation centers.

[https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/en/news/20220422\\_41/](https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/en/news/20220422_41/)

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

※フリーダイヤルではありませんので通話料はご負担いただきます。

\* This support line is NOT a free line. The standard call fees apply.

※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.

この未経験の事態に、気持ちを共有し、協力しあって対処して参りましょう。

No one needs to struggle alone, so please feel free to call us and share your feelings. We are here to support you.

\* なお、6月から、下記のとおり、日本公認心理師協会と日本臨床心理士会が共催する以下の相談電話もご利用いただけます。(日本語、英語で相談いただけます)

\* Starting from June, 2022, the helpline is also available in Japanese and English which will be run by the Japanese Association of Certified Public Psychologists and Japanese Society of Certified Psychologists.

時間：毎週水曜・土曜日 午前10時～13時  
電話番号：050-3714-4522



一般社団法人 日本臨床心理士会  
Japanese Society of Certified Clinical Psychologists