どんな悩みでも相談できる
～東京都若者総合相談センター　若ナビα

【東京都若者総合相談センター　若ナビα】

若ナビα（アルファ）は、東京都若者総合相談センターの愛称で、若者やそのご家族等を対象とした無料相談窓口です。

若者のさまざまな悩みに対応する総合窓口として、東京都内にある専門の窓口や支援機関等へつないだり、情報提供を行っています。

社会福祉士や臨床心理士などの有資格者や充分な研修を受けた者が相談員として対応し、秘密は厳守します。

対象としているのは、

〇東京都内に在住、在学、在勤のおおむね18歳～39歳の若者とそのご家族。

〇中学卒業後のお子さんの非行でお悩みのご家族等。

若ナビαのご案内

【電話相談】

電話03（3267）0808（もやもや）　月曜日から土曜日まで　午前11時から午後11時まで（受付は午後10時30分まで）（年末年始を除く）

【メール相談】

24時間受け付けています。3～7日以内に返信いたします。入力いただいた情報を相談以外の目的で利用することは ありません。

【LINE相談】

LINE相談は、友だち登録が必要です。

【来所相談】

まずは電話・メール・LINEでお問い合わせください。詳しく内容を伺い、相談内容に応じた支援機関を一緒に探していきます。オンライン相談も行っています。

〇詳しい相談方法は以下のURLで説明しています。

https://www.wakanavi-tokyo.metro.tokyo.lg.jp/about/

〇若ナビαのホームページはこちらです。

https://www.wakanavi-tokyo.metro.tokyo.lg.jp/

東京都若者総合相談センター
若ナビα
若者やその保護者等を対象とした無料相談窓口