

相談してみたら。  
少しほっとした。

人に話すことで、  
心が軽くなるかもしれません。  
匿名でも大丈夫です。  
電話でも、SNSでも相談できます。



心がもやもやしたり、ざわついたら、電話やSNSで気軽に相談できます。

相談窓口はこちら 

まもろうよこころ

検索



3月は自殺対策強化月間です。