

薬の過剰摂取、相談してみませんか？

薬が「支え」から「危険」に変わる前に

かかりつけ薬剤師・薬局に相談してください！

本人だけでなく、周囲の
気づきと声かけも
大事になります!!



守ろう 大切ないのち みんなで。

こころの健康に関する相談先

長野県精神保健福祉センター

TEL
026-266-0280

平 日

お住いの市町村や、お近くの
保健福祉事務所でも相談できます。

他にも相談できる
窓口があります。



こころのまど信州

こころの相談・情報ポータルサイト

日々の移ろいを映す
窓のように
あなたのこころの
変化に寄り添います

がんばらなくていいんだよ
ありのままのあなたでいい



長野県PRキャラクター「アルクマ」
©長野県アルクマ



一般社団法人
長野県薬剤師会

〒390-0802 松本市旭2丁目10番15号
TEL 0263-34-5511 FAX 0263-34-0075
<https://www.naganokenyaku.jp/>



ミックス
紙 | 貢献ある森林
管理を支えています
FSC® C009296

