

知らせてほしい、心のSOS。

心がもやもやしたり、ざわついたら、
ひとりで悩まず伝えてほしい。



相談窓口はこちら

電話やSNSで相談ができます。



まもろうよこころ

検索



いのち
支える



厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

9月10日～9月16日は自殺予防週間です。