

言葉にしたら、  
気持ちが少し  
軽くなった。



匿名でも大丈夫です。  
話したくないことは  
話さなくて大丈夫です。  
SNSでも電話でも大丈夫です。  
  
ひとりで抱え込まないで、  
その思い、聞かせてください。



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。