

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。