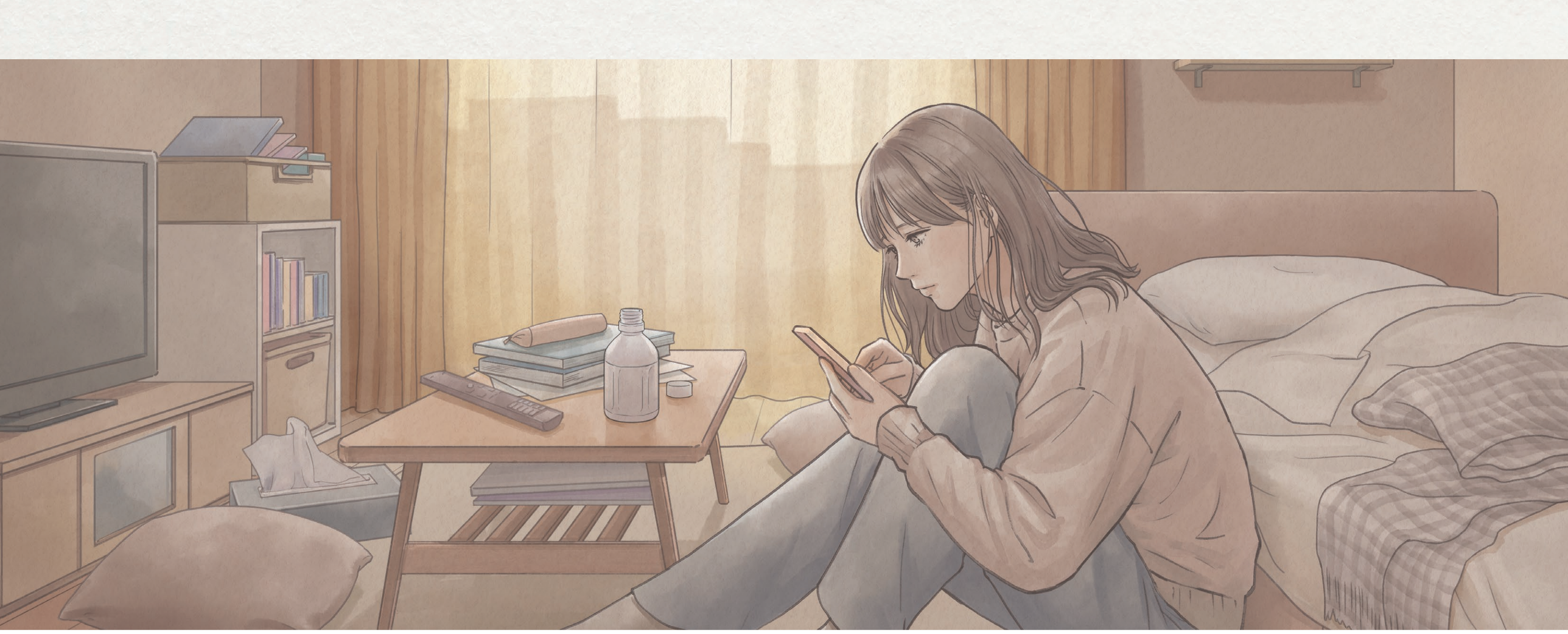
その心の声を、聴かせてください。

匿名でも大丈夫です。うまく話せなくても大丈夫です。
あなたの誰にも話せない思い、抱えている気持ちを聴かせてください。



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

いのち支える

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

9月10日～16日は自殺予防週間です。