

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。