



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、
その想い、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。