



だれかとはなすと安心する。

全国一斉こころの健康相談統一ダイヤル

おこなおう まもろうよ こころ

0570-064-556

全国一斉実施期間: 3月3日(月)~3月9日(日)

地域により運営日・期間が異なります。詳しくは内閣府HPまで

よりそいホットライン 24時間対応

フリーダイヤル つなぐ ささえる

0120-279-338

岩手県・宮城県・福島県から  
おかけの方

フリーダイヤル つなぐ つつむ  
0120-279-226

ガイダンスで専門的な対応も選べます。(外国語含む)

3月は「自殺対策強化月間」です。

相談窓口については内閣府自殺対策推進室HPへ

自殺対策

検索