

誰にも言えない気持ち、
聴かせてください

いのちの
電話

自殺予防

フリーダイヤル(無料)で
電話相談を受け付けています。

な や み こ こ ろ

☎ 0120-783-556

● 毎日 16:00～21:00 ● 毎月 10日は 8:00～翌11日 8:00まで

※IP電話でのご利用は毎月10日～翌11日のみになります。

03-6634-7830 (有料) におかけください。

0570-783-556ナビダイヤル (有料) は毎日行っています。

厚生労働省自殺防止対策事業



いのちの電話 検索



日本いのちの電話連盟
FEDERATION OF INOCHI NO DENWA