

自殺予防いのちの電話 2025

3月10日 8:00 ▶ 3月17日 8:00

誰にも言えない気持ち
いつでも聴かせてください

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

3月は自殺対策強化月間です



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

いのちの電話 検索



厚生労働省自殺防止対策事業