



ひとりで悩まないで
もつとあなたの声を
聴かせてください

平成22年4月15日(木) 14時スタート！
”自殺の悩み”を抱える方のための相談電話です。

東京都自殺相談ダイヤル
こころといのちのほっとライン

0570-087478

はなしてなやみ

14時～22時(受付は21時半まで)、年中無休

※相談料は無料です(別途通話料がかかります)