

声

気付いたら をかけるその勇氣

つらい悩みを抱えていると、相談するのも大変。
そんな時、あなたの声かけが支援につながります。



＼今日からあなたも/
ゲートキーパー

ゲートキーパーとは、自殺につながるような悩みを抱える人に声をかけ、話を聴き、支援につなげる人。資格は必要ありません。

＼ 詳細は… /

ここナビ 東京都



生きるのがつらいと感じたときの相談窓口

TEL. 0570-087478

毎日午後2時から午前5時30分まで



相談ほっと
LINE@東京

