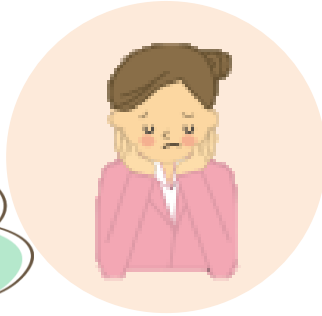




# こころのほっとライン

聴かせてください



0 8 9 — 9 0 9 — 5 6 2 6

相談日：毎週木曜日 18:30～21:30  
(祝日・年末年始 12/29—1/3はお休み)

あなたが**悩み**を抱えていたら、ぜひ電話してみてください。**悩み**を抱えていると、どんどん膨らんでいきます。相談しても現実の問題がなくなる訳ではありませんが、相談することで少しは消えるかもしれません。全部を話さなくても大丈夫なので、少しだけ勇気をもって電話してみてください。

私たち精神保健福祉士が相談させていただきます。

相談することで、思いもよらない解決策が見つかることもあります。

お電話でお話ししていただいた内容に関して、**秘密は厳守**いたします。



松山市自殺対策推進キャラクター  
リスにん

平成 29 年度松山市生きる応援相談事業

受託：一般社団法人愛媛県精神保健福祉士会