

みんなで守ろう かけがえのない「いのち」

手をつなごう あなたの“いのち” わたしの“いのち”



・・・自殺予防 いのちの電話・・・

「話すだけでも、心は軽くなります。」

全国各地のいのちの電話相談センターでは、年中無休でご相談を受け付けております。

※相談無料、受付時間は各センターにより異なります。

関西いのちの電話 **06-6309-1121** [365日 24時間]

京都いのちの電話 **075-864-4343** [365日 24時間]

奈良いのちの電話 **0742-35-1000** [365日 24時間]

神戸いのちの電話 **078-371-4343**

[365日 平日8:30~21:30、祝日9:30~16:30、土曜日8:30~日曜日16:30]
第4金曜日8:30~土曜日~日曜日16:30

はりまいのちの電話 **079-222-4343** [365日 14時~翌1時]

和歌山いのちの電話 **073-424-5000** [365日 10時~22時]

滋賀いのちの電話 **077-553-7387** [金・土・日 10時~22時]

自殺予防いのちの電話 **0120-738-556** こころ **毎月10日 (フリーダイヤル) 24時間・無料**
フリーダイヤル (8:00~翌日 8:00)