

今、「死」について考えている方、誰にも相談できず、たったひとりで悩んでいるのかもしれませんが。ひとりで悩まず、まわりのご家族や友人などにあなたの気持ちを話してみてください。

いのちの電話・自殺防止電話相談

○大阪自殺防止センター

【電話番号】06-6260-4343

【開設時間】24時間

<http://www.spc-osaka.org/>

○自殺予防いのちの電話

【電話番号】0120-738-556

【開設時間】毎月10日 8:00?翌日8:00

<http://www.find-jjp/>

○はりまいのちの電話

【電話番号】079-222-4343

【開設時間】14:00~翌日1:00

<http://www15.ocn.ne.jp/%7Einochi/>

○神戸いのちの電話

【電話番号】078-371-4343

【開設時間】月~金 8:30?21:30 / 土 8:30~翌日(日曜)16:30

祝 9:30~16:30 / 第4金 8:30~翌々日(日曜)16:30

<http://www16.ocn.ne.jp/%7Ektc/>

○兵庫県いのちと心のサポートダイヤル

【電話番号】短縮ダイヤル #7500

(ダイヤル電話、携帯電話、IP電話、PHS、県外の方は TEL078-382-3566へおかけください。)

【開設時間】月~金 18時~翌8時30分

土・日・祝 24時間