

新潟市

# こころといのちの ホットライン

## 「もう死んでしまいたい。」

そんな気持ちで悩んでいませんか？

一人で抱え込まないで、

私たちに話してください。

あなたの気持ちと向き合います。

### 相談料は無料です

(※別途通話料がかかります)

～あなたのこころといのちを支える相談電話です～

2人で よく はなそう とう といのち

# 025 - 248 - 1010

平日:17時～22時 土・日・祝日:10時～16時

【12月29日～1月3日:10時～16時】

新潟市・新潟市社会福祉協議会