

おこなおう まもろうよ こころ

0570-064-556

こころの健康相談統一ダイヤル  
365日24時間（平日12～13時を除く）

### Reminder

ひとりで抱えないで  
聴かせてください  
あなたの気持ち



その他の相談窓口

山梨県立精神保健福祉センター

**055-254-8644**

いのちのセーフティネット  
相談窓口はこちら

