

# こころの健康電話相談

3月は  
自殺対策強化月間  
です！



こんなことで悩んでいませんか？

- ☆ イライラして考えがまとまらない
- ☆ 不安でたまらない
- ☆ 眠れない、食欲がない
- ☆ 学校に行きたくない、友だちとうまくいかない

日時：月～金曜日（祝日を除く） 9:00～16:00

☎： 0570-064-556（こころの健康相談統一ダイヤル）

0952-73-5556（佐賀こころの電話）

0952-73-8522（佐賀県コロナ専用こころの相談ダイヤル

8:30～17:15）

※ 相談無料 ※ 秘密は守られます

佐賀県精神保健福祉センター（☎0952-73-5060）