

「話す」ことは、

不安を「離す」はじまり。

あなたが感じている  
いのちのメッセージを  
聴かせてください。



香川県ゲートキーパー推進キャラクター  
「キーもん」

9月10日は世界自殺予防デー  
9月10～16日は自殺予防週間  
10月10日は世界メンタルヘルスデー



あなたが感じているメッセージを一緒に考え、心の支えとなることを願う相談窓口があります。

### こころの電話相談

●精神保健福祉センター  
**087-833-5560**

9月11日の受付時間 9:00~21:00  
9月11日以外の受付時間 平日9:00~16:30

●中讃保健福祉事務所  
**0877-24-9963**

●小豆総合事務所  
**0879-62-1373**

●西讃保健福祉事務所  
**0875-25-2052**

●東讃保健福祉事務所  
**0879-29-8263**

●高松市健康づくり推進課  
**087-839-3801**

心のケア相談  
@香川



LINEによる相談も  
受け付けています。