

死にたい人なんていない。

心のどこかで生きたいと思ってる。

でも、生きる気力が湧かない…

一人で悩まないで、

私たちに話を聴かせてください。

あなたは一人ではありません。

●相談窓口一覧●

NPO「秋田いのちの電話」

☎018-865-4343

(月～土 12:00～21:00)

あきたいのちのケアセンター

なやみここにコール

☎0120-735256 (12:00まで)

☎018-831-5256 (12:00から)

(月～金 9:00～16:00、土日祝 10:00～16:00)

秋田市保健所「心に関する健康相談」

☎018-883-1180

- 1 保健師による心の健康相談(月～金 8:30～17:30)
- 2 精神科医による「心の相談日」『健康管理課まで予約申込みが必要』(毎月第1、第3木曜日 ①13:30～②14:30～)原則、通院していない方が対象
- 3 臨床心理士による「心のケア相談」『健康管理課まで予約申込みが必要』(毎月第1～第4水曜日 13:00～)

秋田県精神保健福祉センター「心の相談機関」

☎018-831-3939

(月～金 9:00～16:00、土日祝 10:00～16:00)

秋田県ホームページ「ふきのとうホットライン」

<http://www.pref.akita.lg.jp/kenkou/>

社団法人 秋田市医師会

〒010-0976 秋田市八橋南一丁目8番5号

TEL.018(865)0252

<http://sabaoth.net/acma/>