

# 大切なあなたを 守りたい

宮城県自死対策推進センター  
(宮城県精神保健福祉センター内)

## つらい気持ちを 話してみませんか

死にたいくらいつらいとき

●宮城県自死相談電話 TEL 0229-23-0028  
宮城県自死対策推進センター(宮城県精神保健福祉センター内)  
平日9～16時(土・日・祝日・12/29から1/3を除く)

さまざまなお悩みがあるとき

●よりそいホットライン TEL 0120-279-226  
24時間年中無休 宮城・岩手・福島(被災地)専用回線