

最近どうですか？
疲れていませんか？



気持ちと言葉に

気づいたら

がんばったね。
助けを求めて
いいんだよ。



一人で抱え込まないで、
話を聞かせて。



何かあった？
一人じゃないよ。



見逃さないで、あなたのすぐそばのSOS

思っているよりも身近に、ひとりで苦しんでいる人が
いるかもしれません。
ほんの少しの気づきと声かけは、その人の支えになり、
命をつなぐ一歩になります。

9.10 木 ▶ 16 水 自殺予防週間

横須賀市保健所 保健予防課
☎ 046-822-4336



市HP