こころのほっとライン

臨時　開催します

9/6(日)
10：00～16：00

※時間拡大

090－3390－5626

あなたが**悩み**を抱えていたら、ぜひ電話してみてください。
悩みを抱えていると、どんどん膨らんでいきます。
相談しても現実の問題がなくなる訳ではありませんが、
相談することで少しは消えるかもしれません。
全部を話さなくても大丈夫なので、
少しだけ勇気をもって電話してみてください。
私たち精神保健福祉士が相談させていただきます。
相談することで、思いもよらない解決策が見つかることもあります。
お電話でお話ししていただいた内容に関して、**秘密は厳守**いたします。

日時:2026年9月6日(日)　10:00～16:00

(いつもの日時と異なる拡大版となっています)

精神保健福祉士が対応します

こころの悩みについて、話したいことを

なんでも御相談ください

松山市自殺対策推進キャラクター

リスにん

2026年度松山市生きる応援相談事業受託
一般社団法人愛媛県精神保健福祉士会

こころのほっとライン

０９０－３３９０－５６２６

相談日：毎週木曜日　１９：００～２１：００

お休み：祝日・年末年始（１２/２９－１/３）

あなたが悩みを抱えていたら、ぜひ電話してみてください。
悩みを抱えていると、どんどん膨らんでいきます。
相談しても現実の問題がなくなる訳ではありませんが、
相談することで少しは消えるかもしれません。
全部を話さなくても大丈夫なので、
少しだけ勇気をもって電話してみてください。
私たち精神保健福祉士が相談させていただきます。
相談することで、思いもよらない解決策が見つかることもあります。
お電話でお話ししていただいた内容に関して、秘密は厳守いたします。

2026年8月・9月の予定

	精神保健福祉士による電話相談
8月 6日(木)	19:00 ～ 21:00
8月13日(木)	19:00 ～ 21:00
8月20日(木)	19:00 ～ 21:00
8月27日(木)	19:00 ～ 21:00
9月 3日(木)	19:00 ～ 21:00
9月10日(木)	19:00 ～ 21:00
9月17日(木)	19:00 ～ 21:00
9月24日(木)	19:00 ～ 21:00

松山市自殺対策推進キャラクター
リスにん

2026年度松山市生きる応援相談事業受託
一般社団法人愛媛県精神保健福祉士会

こころのほっとライン

０９０－３３９０―５６２６

相談日：毎週木曜日　１９：００～２１：００

お休み：祝日・年末年始（１２/２９－１/３）

あなたが悩みを抱えていたら、ぜひ電話してみてください。
悩みを抱えていると、どんどん膨らんでいきます。
相談しても現実の問題がなくなる訳ではありませんが、
相談することで少しは消えるかもしれません。
全部を話さなくても大丈夫なので、
少しだけ勇気をもって電話してみてください。
私たち精神保健福祉士が相談させていただきます。
相談することで、思いもよらない解決策が見つかることもあります。
お電話でお話ししていただいた内容に関して、秘密は厳守いたします。

2026年6月・7月の予定

	精神保健福祉士による電話相談
6月　4日(木)	19:00 ～ 21:00
6月11日(木)	19:00 ～ 21:00
6月18日(木)	19:00 ～ 21:00
6月25日(木)	19:00 ～ 21:00
7月　2日(木)	19:00 ～ 21:00
7月　9日(木)	19:00 ～ 21:00
7月16日(木)	19:00 ～ 21:00
7月23日(木)	19:00 ～ 21:00
7月30日(木)	19:00 ～ 21:00

松山市自殺対策推進キャラクター
リスにん

2026年度松山市生きる応援相談事業受託
一般社団法人愛媛県精神保健福祉士会