

隣
あそび
あそび

いのちの電話です

Tell... Lifeline.

「もしもし



あそび
あそび
あそび

社会福祉法人
川崎いのちの電話
Kawasaki Inochinodenwa



もしもし
いのちの電話です



2018
Tell...Lifeline.



社会福祉法人
川崎いのちの電話
Kawasaki Inochinodenwa

暗い、暗い闇の底に
今私はいます

誰の声も聞こえません
誰の顔も見えません

人っ子一人いない
孤独の世界です



人と話すのが
苦しいんです
人の顔を見ることが
出来ないんです

こわいんです
不安でいっぱいです

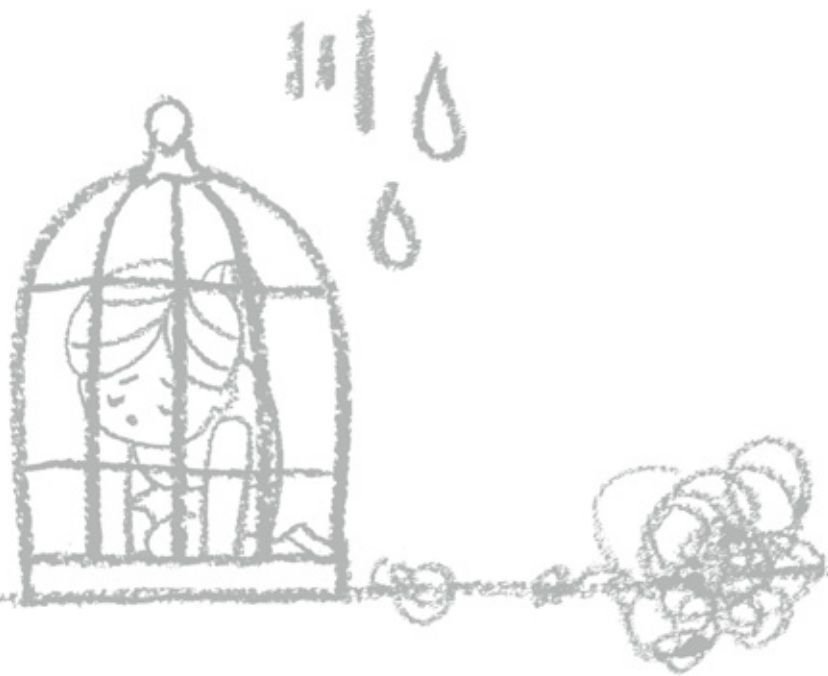


人は言います

一歩を踏み出してみよ
動いてみたら
何か見えてくるよ



そうしたいのです
でも
動けないのです



人は言います

自分のことを

認めていいんだよ

自分のことを

好きになつていいんだよ



そうしたいのです

でも何もできずに

うずくまる自分を認めるなんて

自分にはできません

人と話すこともできず

顔を見ることもできない自分を

好きにはなれません



私のそのままを
みとめてほしいんです
私を

好きになってほしいんです
どうしたらいいですか
助けてください

苦しいんです
不安なんです



そんな時
まわりを
みまわしてください

誰かいませんか
つながる場所はありませんか
ご家族、友人、お知り合い…

探してください
いのちの電話もあります



あなたは一人ではないのです

お電話ください

私たちはあなたが考える

お手伝いをしたいと思います

あなたの隣にいたいと思います

なにができるかわかりませんが

一緒に考えませんか

一緒にさがしませんか



あなたの話に耳を澄まします

いつか

あなたのまわりの人々と

つながれることを

祈っています

お電話を待っています

■全国いのちの電話一覧 *Phone number*

旭川いのちの電話	0166-23-4343
北海道いのちの電話	011-231-4343
あおもりいのちの電話	0172-33-7830
秋田いのちの電話	018-865-4343
盛岡いのちの電話	019-654-7575
仙台いのちの電話	022-718-4343
山形いのちの電話	023-645-4343
福島いのちの電話	024-536-4343
新潟いのちの電話	025-288-4343
長野いのちの電話	026-223-4343
群馬いのちの電話	027-221-0783
栃木いのちの電話	028-643-7830
茨城いのちの電話	029-855-1000
埼玉いのちの電話	048-645-4343
千葉いのちの電話	043-227-3900
東京いのちの電話	03-3264-4343
東京多摩いのちの電話	042-327-4343
東京英語いのちの電話	03-5774-0992

川崎いのちの電話一覧

■通常相談電話

044-733-4343

(24時間365日)

■自殺予防いのちの電話

0120-783-556

(フリーダイヤル・毎月10日8:00～翌11日8:00)

■自死遺族ほっとライン

044-966-9951

(毎月2・4木12:00～16:00)

■インターネット相談

<https://www.inochinodenwa.org/>



島根いのちの電話	0852-26-7575
岡山いのちの電話	086-245-4343
広島いのちの電話	082-221-4343
山口いのちの電話	0836-22-4343
香川いのちの電話	087-833-7830
愛媛いのちの電話	089-958-1111
高知いのちの電話	088-824-6300
北九州いのちの電話	093-671-4343
福岡いのちの電話	092-741-4343
佐賀いのちの電話	0952-34-4343
長崎いのちの電話	095-842-4343
熊本いのちの電話	096-353-4343
大分いのちの電話	097-536-4343
鹿児島いのちの電話	099-250-7000
沖縄いのちの電話	098-888-4343

川崎いのちの電話	044-733-4343
横浜いのちの電話	045-335-4343
山梨いのちの電話	055-221-4343
静岡いのちの電話	054-272-4343
浜松いのちの電話	053-473-6222
岐阜いのちの電話	058-277-4343
名古屋いのちの電話	052-931-4343
三重いのちの電話	059-221-2525
滋賀いのちの電話	077-553-7387
京都いのちの電話	075-864-4343
奈良いのちの電話	0742-35-1000
関西いのちの電話	06-6309-1121
神戸いのちの電話	078-371-4343
はりまいのちの電話	079-222-4343
和歌山いのちの電話	073-424-5000
鳥取いのちの電話	0857-21-4343





もしもしいのちの電話です

2018年2月1日 初版発行

- ♣ 監修 帝京大学医学部附属溝口病院
精神科科長・教授
張 賢徳
- ♣ 発行者 社会福祉法人川崎いのちの電話
〒211-8690
川崎市中原郵便局私書箱17号
- ♣ 電話 044-722-7121

表紙文字 杉浦 初子 / 装丁・イラスト 中林 多恵子
©2018 社会福祉法人川崎いのちの電話

この冊子は赤い羽根共同募金で作成しています。