

- 子ども家庭・110番 (9~22時) 099-275-4152
- かごしま教育ホットライン24 (24時間対応) フリーダイヤル 0120-783-574  
全国統一ダイヤル 0570-0-78310
- 子ども人権110番 フリーダイヤル 0120-007-110
- ヤングハローワークかごしま 099-224-3433
- 県若者就職サポートセンター 099-216-9001
- WEBパトロール隊ネットポリス鹿児島(ネット被害などの相談) 099-218-4755  
[meyasubako@npk.from.tv](mailto:meyasubako@npk.from.tv)

- 県精神保健福祉センター(思春期相談) 099-218-4755
- 県自殺予防情報センター 099-228-9558
- いのちの電話(24時間対応) 099-250-7000

☀️ 困った時は、ご家族やあなたが信頼する方、学校の先生や養護の先生、スクールカウンセラーなどに相談してみましょう。

☀️ こころの不調が長く続く、つらくて学校に行けないなど、調子がすぐれない時は、相談窓口やこころを専門に診る病院に相談しましょう。

若者の君たちへ!  
一人で悩んでいませんか?



鹿児島県自殺予防情報センター  
(鹿児島県精神保健福祉センター) 平成26年3月

- 子ども家庭・110番 (9~22時) 099-275-4152
- かごしま教育ホットライン24 (24時間対応) フリーダイヤル 0120-783-574  
全国統一ダイヤル 0570-0-78310
- 子ども人権110番 フリーダイヤル 0120-007-110
- ヤングハローワークかごしま 099-224-3433
- 県若者就職サポートセンター 099-216-9001
- WEBパトロール隊ネットポリス鹿児島(ネット被害などの相談) 099-218-4755  
[meyasubako@npk.from.tv](mailto:meyasubako@npk.from.tv)

- 県精神保健福祉センター(思春期相談) 099-218-4755
- 県自殺予防情報センター 099-228-9558
- いのちの電話(24時間対応) 099-250-7000

☀️ 困った時は、ご家族やあなたが信頼する方、学校の先生や養護の先生、スクールカウンセラーなどに相談してみましょう。

☀️ こころの不調が長く続く、つらくて学校に行けないなど、調子がすぐれない時は、相談窓口やこころを専門に診る病院に相談しましょう。

若者の君たちへ!  
一人で悩んでいませんか?



鹿児島県自殺予防情報センター  
(鹿児島県精神保健福祉センター) 平成26年3月

- 子ども家庭・110番 (9~22時) 099-275-4152
- かごしま教育ホットライン24 (24時間対応) フリーダイヤル 0120-783-574  
全国統一ダイヤル 0570-0-78310
- 子ども人権110番 フリーダイヤル 0120-007-110
- ヤングハローワークかごしま 099-224-3433
- 県若者就職サポートセンター 099-216-9001
- WEBパトロール隊ネットポリス鹿児島(ネット被害などの相談) 099-218-4755  
[meyasubako@npk.from.tv](mailto:meyasubako@npk.from.tv)

- 県精神保健福祉センター(思春期相談) 099-218-4755
- 県自殺予防情報センター 099-228-9558
- いのちの電話(24時間対応) 099-250-7000

☀️ 困った時は、ご家族やあなたが信頼する方、学校の先生や養護の先生、スクールカウンセラーなどに相談してみましょう。

☀️ こころの不調が長く続く、つらくて学校に行けないなど、調子がすぐれない時は、相談窓口やこころを専門に診る病院に相談しましょう。

若者の君たちへ!  
一人で悩んでいませんか?



鹿児島県自殺予防情報センター  
(鹿児島県精神保健福祉センター) 平成26年3月

- 子ども家庭・110番 (9~22時) 099-275-4152
- かごしま教育ホットライン24 (24時間対応) フリーダイヤル 0120-783-574  
全国統一ダイヤル 0570-0-78310
- 子ども人権110番 フリーダイヤル 0120-007-110
- ヤングハローワークかごしま 099-224-3433
- 県若者就職サポートセンター 099-216-9001
- WEBパトロール隊ネットポリス鹿児島(ネット被害などの相談) 099-218-4755  
[meyasubako@npk.from.tv](mailto:meyasubako@npk.from.tv)

- 県精神保健福祉センター(思春期相談) 099-218-4755
- 県自殺予防情報センター 099-228-9558
- いのちの電話(24時間対応) 099-250-7000

☀️ 困った時は、ご家族やあなたが信頼する方、学校の先生や養護の先生、スクールカウンセラーなどに相談してみましょう。

☀️ こころの不調が長く続く、つらくて学校に行けないなど、調子がすぐれない時は、相談窓口やこころを専門に診る病院に相談しましょう。

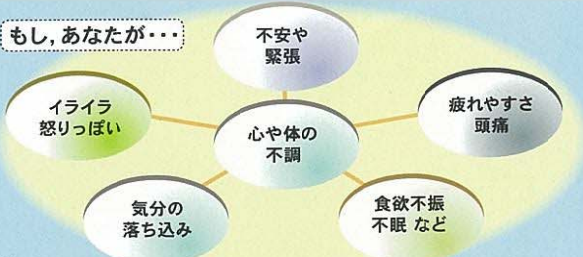
若者の君たちへ!  
一人で悩んでいませんか?



鹿児島県自殺予防情報センター  
(鹿児島県精神保健福祉センター) 平成26年3月



もし、あなたが...



☀️このような、こころや体の不調に気づいた時、つらい気持ちが長く続く時、こころがSOSサインを出していると考えてみましょう。早めの相談が大事です

(Webサイト "こころもメンテしよう"  
<http://www.mhlw.go.jp/kokoro/youth/index.html>)

相談窓口

最寄りの保健所

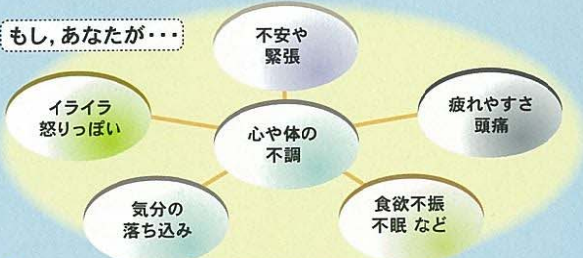
- 伊集院保健所 099-273-2332・272-6301
- 加世田保健所 0993-53-2315
- 指宿保健所 0993-23-3854
- 川薩保健所 0996-23-3166
- 出水保健所 0996-62-1636
- 始良保健所 0995-44-7964
- 大口保健所 0995-23-5103
- 鹿屋保健所 0994-52-2105・2124
- 志布志保健所 099-472-1021
- 西之表保健所 0997-22-1138
- 屋久島保健所 0997-46-2024
- 名瀬保健所 0997-57-7243
- 徳之島保健所 0997-82-0149
- 鹿児島市保健所 099-258-2351

「まわりの人に話  
しづらい」と思う時  
は、私たちに相談  
ください。

Webサイト  
"こころもメンテ  
しよう"も開いてみ  
ませんか？

(H25年9月現在)

もし、あなたが...



☀️このような、こころや体の不調に気づいた時、つらい気持ちが長く続く時、こころがSOSサインを出していると考えてみましょう。早めの相談が大事です

(Webサイト "こころもメンテしよう"  
<http://www.mhlw.go.jp/kokoro/youth/index.html>)

相談窓口

最寄りの保健所

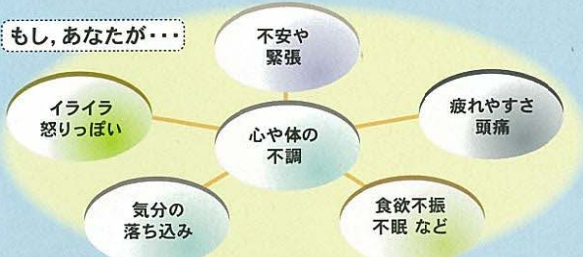
- 伊集院保健所 099-273-2332・272-6301
- 加世田保健所 0993-53-2315
- 指宿保健所 0993-23-3854
- 川薩保健所 0996-23-3166
- 出水保健所 0996-62-1636
- 始良保健所 0995-44-7964
- 大口保健所 0995-23-5103
- 鹿屋保健所 0994-52-2105・2124
- 志布志保健所 099-472-1021
- 西之表保健所 0997-22-1138
- 屋久島保健所 0997-46-2024
- 名瀬保健所 0997-57-7243
- 徳之島保健所 0997-82-0149
- 鹿児島市保健所 099-258-2351

「まわりの人に話  
しづらい」と思う時  
は、私たちに相談  
ください。

Webサイト  
"こころもメンテ  
しよう"も開いてみ  
ませんか？

(H25年9月現在)

もし、あなたが...



☀️このような、こころや体の不調に気づいた時、つらい気持ちが長く続く時、こころがSOSサインを出していると考えてみましょう。早めの相談が大事です

(Webサイト "こころもメンテしよう"  
<http://www.mhlw.go.jp/kokoro/youth/index.html>)

相談窓口

最寄りの保健所

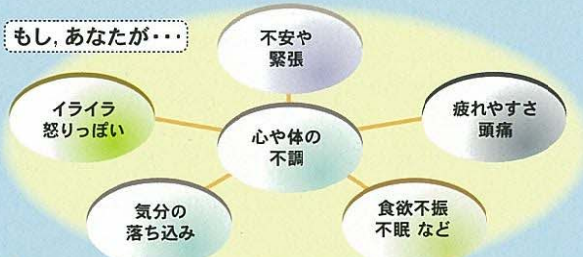
- 伊集院保健所 099-273-2332・272-6301
- 加世田保健所 0993-53-2315
- 指宿保健所 0993-23-3854
- 川薩保健所 0996-23-3166
- 出水保健所 0996-62-1636
- 始良保健所 0995-44-7964
- 大口保健所 0995-23-5103
- 鹿屋保健所 0994-52-2105・2124
- 志布志保健所 099-472-1021
- 西之表保健所 0997-22-1138
- 屋久島保健所 0997-46-2024
- 名瀬保健所 0997-57-7243
- 徳之島保健所 0997-82-0149
- 鹿児島市保健所 099-258-2351

「まわりの人に話  
しづらい」と思う時  
は、私たちに相談  
ください。

Webサイト  
"こころもメンテ  
しよう"も開いてみ  
ませんか？

(H25年9月現在)

もし、あなたが...



☀️このような、こころや体の不調に気づいた時、つらい気持ちが長く続く時、こころがSOSサインを出していると考えてみましょう。早めの相談が大事です

(Webサイト "こころもメンテしよう"  
<http://www.mhlw.go.jp/kokoro/youth/index.html>)

相談窓口

最寄りの保健所

- 伊集院保健所 099-273-2332・272-6301
- 加世田保健所 0993-53-2315
- 指宿保健所 0993-23-3854
- 川薩保健所 0996-23-3166
- 出水保健所 0996-62-1636
- 始良保健所 0995-44-7964
- 大口保健所 0995-23-5103
- 鹿屋保健所 0994-52-2105・2124
- 志布志保健所 099-472-1021
- 西之表保健所 0997-22-1138
- 屋久島保健所 0997-46-2024
- 名瀬保健所 0997-57-7243
- 徳之島保健所 0997-82-0149
- 鹿児島市保健所 099-258-2351

「まわりの人に話  
しづらい」と思う時  
は、私たちに相談  
ください。

Webサイト  
"こころもメンテ  
しよう"も開いてみ  
ませんか？

(H25年9月現在)