

メンタルヘルス相談窓口



- 厚生労働省 こころの耳
 - <https://kokoro.mhlw.go.jp/>
- 働く人の「こころの耳電話相談」
 - 0120-565-455（フリーダイヤル）
 - <https://kokoro.mhlw.go.jp/tel-soudan/>
- 働く人の「こころの耳SNS相談」
 - LINE   QRコードを読み取り→友だち登録
 - <https://kokoro.mhlw.go.jp/sns-soudan/>
- 働く人の「こころの耳メール相談」
 - <https://kokoro.mhlw.go.jp/mail-soudan/>
- 全国医療機関検索
 - <https://kokoro.mhlw.go.jp/facility/>