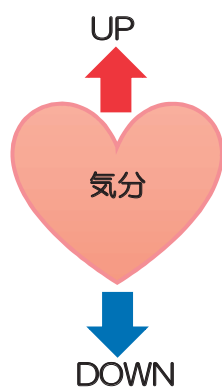


悩んでいるあなたへ

今のあなたの心の状態は？

私たちの心は常に揺れています。



私たちの心は、前向きでいられないときがあります。

そんなときは・・・

おしゃべりしたり

ゆっくり休んだり

体を動かしたり



こんなことをしているうちに、
乗り越えていけることがあります

それでも、悲しいこと、つらいことがたくさん重なると・・・

食べられない

何もやる気が
しない

どうせ自分が
悪いんだ・・・

眠れない

どうしたら
いいんだろう

どうしていいか
わからなくなって
消えちゃいたいと
思うこともあるよね



話ネコ

話して
みようかな。



話ネコ

心が苦しくてたまらない・・・

人生のピンチは誰にでも起こります。

心が弱いわけでも怠けているわけでもありません。

ひとりで悩まず誰かに相談してみませんか？