

■3月は「自殺対策強化月間」です

～誰も自殺に追い込まれることのない
社会の実現を目指して～

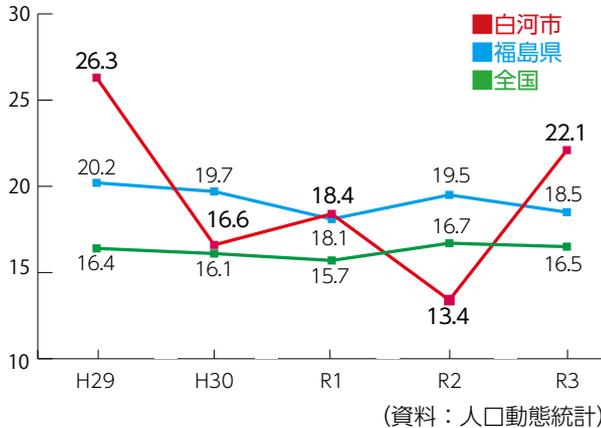
自殺は追い込まれた末の死であり、その多くを防ぐことができる社会問題です。

自殺対策基本法にもとづき、毎年3月を「自殺対策強化月間」と定めて、国、地方公共団体、関係団体などが連携して「いのち支える自殺対策」という啓発活動を推進しています。

自殺者の状況

本市では、年間10人前後の方が自殺で亡くなっています。人口10万人あたりの自殺死亡率をみると減少傾向でしたが、令和3年は国や県よりも高くなっています。

【人口10万人あたりの自殺死亡率の推移】



いのちを支えるゲートキーパー

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、優しく見守る人のことです。

私たち一人ひとりがゲートキーパーになることで大切な命を守っていきましょう。

<p>気づき</p> <p>気づいたら声をかける</p>	<p>傾聴</p> <p>話に耳を傾ける</p>
<p>つなぎ</p> <p>相談機関へつなぐ</p>	<p>見守り</p> <p>寄り添いながら見守る</p>

困ったときの相談窓口

- ▷健康増進課（こころの健康相談）
☎2114（平日/午前8時30分～午後5時15分）
- ▷県南保健福祉事務所（心の健康相談）
☎25649（平日/午前8時30分～午後5時15分）
- ▷福島いのちの電話（さまざまな悩み相談）
☎024-536-4343（毎日/午前10時～午後10時）
- ▷よりそいホットライン（さまざまな悩み相談）
☎0120-279-226（24時間）

厚生労働省ホームページ

まもろうよ ころろ 検索



■こころの健康相談

眠れない・イライラする・生きていくのがつらいなど、心の悩みをお持ちの方を対象に、専門の医師による個別相談を開催します。電話相談も随時受け付けています。

- 期日 3月22日(水)
- 受付時間 午後1時45分
- 面談開始 午後2時
- ※要事前申し込み ※相談時間は1人につき20分
- 会場 中央保健センター（北中川原）
- 申込期限 3月16日(木)
- 申込先 健康増進課☎2114

4月のいきいき健康チャレンジ相談会

実施日	時間	会場	対象年齢
5日(水)	9:30～	大信保健センター	40歳以上
17日(月)	13:30～	中央保健センター	71～76歳
12日(水)	9:30～	東保健センター	40歳以上
14日(金)		表郷保健センター	
19日(水)	13:30～	アナビススポーツプラザ	40～70歳

【健康ポイント事業】50ポイント 1回/月

※中央保健センターの対象年齢が変更になりました。ご注意ください。