



「SCマンスリーまつばら」は、世界基準の安心・安全なまちづくりセーフコミュニティについて知っていただくための連載です。

3月は「自殺対策強化月間」です

自殺で亡くなる人の数は、全国で年間 約2万2000人となっており、大阪府でも約1250人が亡くなっています。

自殺は、さまざまな要因が複雑に関係して、「その多くが追い込まれた末の死」であり、「その多くが防ぐことができる社会的な問題」であると言われています。

さまざまな悩みを抱えている人は、一人で悩まず、専門の相談機関にご相談ください。

また、身近な人の悩みに気づいたら、温かく寄り添いながら、悩みに耳を傾け、専門家への相談をすすめ、じっくりと見守りましょう。



▼問合せ

人権交流室、地域保健課
障害福祉課、産業振興課

■**こころの健康相談統一ダイヤル**
(☎0570-064-556)

3月1日 午前9時30分～3月31日 午後5時までは、24時間体制で相談を受け付けます。

なお、一部のIP電話などからは接続できません。

■**こころの健康に不安を感じたら**
・JUNOの電話相談(☎06・6607・8814)

月・火・木・金曜日(祝日を除く) 午前9時30分～午後5時

・若者専用電話相談(わかばちダイヤル ☎06・6607・8814)

水曜日(祝日を除く)午前9時30分～午後5時

・藤井寺保健所精神保健福祉相談
(☎072-9955-4181)

平日 午前9時～午後5時45分

■電話相談

・関西のちの電話(☎06・6309・1121)

24時間、365日

・大阪自殺防止センター(☎06・6260-4343)

金曜日 午後1時～日曜日 午後10時

・こころの救急箱(☎06・6942・9090)

月曜日 午後8時～火曜日 午前5時

■**フリーダイヤルの電話相談**
・自殺予防のちの電話(☎0120・

783-556)

毎月10日 午前8時～翌日 午前8時

■**妊娠中や産後にこころが不安になったら**

・大阪府妊産婦こころの相談センター
(☎0725・57・5225)

平日 午前10時～午後4時

■**自死遺族相談(予約制)**
お電話の際には、「自死遺族相談」とお伝えください。

・大阪府こころの健康総合センター
(☎06・6691-2818)

平日 午前9時～午後5時45分

あなたもゲートキーパーになりませんか？

ゲートキーパーとは、自殺を未然に防ぐため、危険を示すサインに気づき、丁寧に話を聴いて、適切な相談機関につなぎ見守ることができる、言わば「命の門番」と位置づけられる人のことです。自殺を予防するためには、たくさんのゲートキーパーが必要です。セーフコミュニティ自殺予防対策委員会では、ゲートキーパー養成講座を実施しています。

あなたもゲートキーパーになってみませんか。

●**とき** 3月23日(金) 午後2時～4時

●**ところ** 市役所8階大会議室B

●**定員** 30人

●**保育** 1歳6カ月～就学前の子ども、先着5人
1人300円。3月13日(木)までにNPO法人子育て支援ほけっと(☎268-2182、☎284-7733)へお申し込みください。

●**申込み・問合せ** 人権交流室



▲受講された人に受講証(ピンバッジ)をお渡ししています。