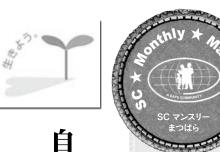
人権交流室 **☎**337-3101

**☎**337-3125 **☎**337-3126 地域保健課



### 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。 「SCマンスリーまつばら」は、世界基準の ▼問合せ 人権交流室、障害福祉課 地域保健課、産業振興課

## 自殺のサインに気づいたら 専門家への相談を~

### 毎年9月10日~16日は 自殺予防週間

ら、温かく寄り添いながら悩みに耳 理解を図ることを目的としています。 は専門の相談機関にご相談ください。 ます。さまざまな悩みを抱えている人 づいたときの対応方法などについての 殺や精神疾患についての正しい知識 危険を示すサイン、またサインに気 を啓発し、いのちの大切さや自殺の な啓発事業などの実施を通じて、自 環として、自殺予防に取り組んでい また、身近な人の悩みに気づいた 市では、セーフコミュニティ活動の 自殺予防週間は、期間中に集中的 一人で悩まず、市の相談機関また

# 相談機関を利用しましょう

(29ページ)をご覧ください ■市の相談機関については各種相談

# ■こころの健康相談統一ダイヤル

受け付けます。なお、一部の一P電 午後5時までは24時間体制で相談を ※9月1日 午前9時3分~30日出 受付時間は地域によって異なります。 話などからは接続できません。 (**3**0570·064·556)

### ◎大阪府こころの健康総合センター ■こころの健康に不安を感じたら

こころの電話相談

月・火・木・金曜日 (祝日を除く) の午前9時3分~午後5時 (\$6.6607.8814)

じっくりと見守りましょう。

を傾け、専門家への相談をすすめ、

### ■電話相談

◎関西いのちの電話

24時間、365日 (**2**06 · 6309 · 1121)

◎大阪自殺防止センター

◎こころの救急箱

月曜日午後8時~火曜日午前3時 (**☎**06·6942·9090) 金曜日午後1時~日曜日午後10時 (**☎**06 · 6260 · 4343)

# ■フリーダイヤルの電話相談

◎「自殺予防いのちの電話」 (**2**0120·783·556)

毎月10日の午前8時~翌日午前8時

ヤル)(☎6・6607・8814) 平日の午前9時~午後5時45分 分~午後5時 (☎072・955・4181) ◎藤井寺保健所精神保健福祉相談 水曜日 (祝日を除く) の午前9時30 ◎若者専用電話相談(わかぼちダイ

### 平日の午前10時~午後4時 Ø- (☎0725·57·5225) ◎大阪府妊産婦こころの相談セン

## ■借金の返済に困ったら

◎大阪府債務整理サポートプラザ (借金の悩み相談室) (**☎**06·6210·9512)

平日の午前9時3分~午後5時3分

## ■自死遺族相談 (予約制)

伝えください。 ※電話の際は、「自死遺族相談」とお

平日の午前9時~午後5時4分 **2**00 · 6691 · 2818 ◎大阪府こころの健康総合センター

### 啓発活動を 行いました

8月6日、まつばら市民ま -フコミュニテ 殺予防対策委員会が、自殺予 防の啓発ティッシュを配りま した。





### なったら ■妊娠中や産後にこころが不安に

12