

自殺予防週間とは、啓発事業などを通じて、正しい知識を啓発し、命の大切さや自殺の危険を示すサインに気づいたときの対応方法などについて理解を図ることを目的としています。

市では、セーフコミュニティ活動の一環として「自殺予防支援」と「こころの健康促進」、「ゲートキーパーの養成」に取り組んでいます。

「ゲートキーパー」とは、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応（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、見守る）を図ることができる人のことです。

一人でも多くの人に、ゲートキーパーとしての意識を持っていただき、それぞれの立場でできることから行動を起こしていただくことが自殺予防につながります。

9月10日から16日は自殺予防週間



「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。

▼問合せ
人権交流室、地域保健課
障害福祉課、産業振興課

みんなで取り組もう
いのち支える
ゲートキーパー

いつでも
だれでも
どこでも

①変化に気づく

③支援先につなげる

②じっくりと
耳を傾ける

④温かく
見守る

詳細は ↓

松原市 セーフコミュニティ自殺予防対策委員会 検索

相談機関などの一覧

●大阪府などが実施する電話相談

～こころの健康に不安を感じたら～

■こころの健康相談統一ダイヤル (☎0570-064-556)

■こころのLINE電話相談

QRコードからLINEの「友だち」登録のうえ、
無料通話機能をご利用ください。



■こころの電話相談 (☎06-6607-8814)

月・火・木・金(祝日を除く) / 午前9時30分～午後5時

■若者専用電話相談(わかぼちダイヤル) (☎06-6607-8814)水(祝日を除く) / 午前9時30分～午後5時

■藤井寺保健所の精神保健福祉相談 (☎072-955-4181)
平日/午前9時～午後5時45分

●一般的な生活上の悩みをはじめ、生活困窮者などに対する総合的な電話相談

■よりそいホットライン (☎0120-279-338)24時間
対応(フリーダイヤル) FAX (03-3868-3811)

●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)～大切な人を亡くされた人へ～

大切な人を自死(自殺)で亡くされた人のために、来所相談を実施しています。大阪府こころの健康総合センターの専門相談員が相談に応じます。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(予約・問合せ)
(☎06-6691-2818)平日/午前9時～午後5時45分

●各団体が実施する電話相談

■関西いのちの電話(☎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(57時間)

■こころの救急箱(☎06-6942-9090)月曜日 午後8時～火曜日 午前3時(7時間)

■自殺予防いのちの電話(☎0120-783-556)(フリーダイヤル)毎月10日/午前8時～翌日午前8時(24時間)

SNS相談事業

厚生労働省 SNS 相談

検索

支援情報検索サイト(※)

支援情報検索サイト

検索

(※)電話・メール・SNSなどさまざまな方法の相談窓口を紹介