

—あなたとあなたの大切な人の命を守るために—

3月は自殺対策強化月間です！



ID
検索
3298

県精神保健福祉センター
自殺対策普及啓発用キャラクター
いちょうちゃんとかまゆりちゃん

自殺の多くは、一人で問題や悩みを抱え込み、こころが追い詰められた結果として起こります。これは特別なことではなく、誰にでも起こり得ることです。

国内における自殺者数は、働く世代や高齢者の割り合いが目立つ傾向に変わりませんが、近年は、女性や子ども・若者の自殺者数が増加しており、全世代に向けて自殺予防を推進していくことが必要です。

一人で悩みを抱えている方や身近な人からサインを感じた・相談を受けた方はご相談ください。

ID
検索
519

相談窓口	電話番号	実施日時
二宮町民いのちの相談窓口	子育て・健康課	71-7100
メンタルヘルスに関する相談	平塚保健福祉事務所	32-0130
こころの電話相談	県精神保健福祉センター	0120-821-606
よりそいほっとライン	一般社団法人 社会的包摂サポートセンター	0120-279-338
チャイルドライン	特定非営利活動法人(NPO法人) チャイルドライン支援センター	0120-99-7777 (通話料無料)
24時間子供SOSダイヤル	文部科学省	0120-07-8310 (通話料無料)
かながわ子ども・若者総合相談センター	神奈川県	045-242-8201
LINE相談 [いのちのほっとライン@かながわ]	神奈川県	なし

皆さんが考える機会をもってもらうために…

自殺予防に関するパネル展示

自殺に関する誤解や偏見をなくし、自殺への正しい知識を増やしてもらうため、自殺予防に関する普及啓発を行います。期間中は、二宮西中学校の生徒による、「いのち」をテーマにした作品も展示します。

と き 3/10(火)～29(日)

ところ ラディアン 展示ギャラリー

関連図書の特設コーナーを設置

自殺対策強化月間に合わせて、町図書館内の特設コーナーで普及啓発を実施します。

「こころの健康」「リラクゼーション」「自殺対策」に関する本や、いのちについて考える絵本などをまとめて紹介していますので、ぜひご覧ください。

と き 3/3(火)～31(日)

ところ 図書館 特設コーナー(2階)

こころとからだの不調、早めの相談が大切…

こころやからだの不調を我慢し続けることは、知らないうちに、いのちのSOSを見逃していることがあります。自殺の背景には、健康問題や生活困窮、友人関係、育児・介護疲れなどさまざまな要因があり、重なり合うことで自殺のリスクが高まると言われています。

辛さや不安は一人で抱え込まず、どんなささいなことでも大丈夫です。少し話してみませんか。

「こころとからだの相談ができる個別健康相談」と「健康測定会」

こころとからだの相談ができる個別健康相談のほか、血圧や血管年齢が測定できる健康測定会を実施します。相談会では、保健師や社会福祉士が相談に応じますので、個別相談をご希望の方は、お気軽にご連絡ください。

と き 3/18(火)①9:15～、②10:15～、③11:15～

ところ ラディアン 展示ギャラリー(健康測定会)、ミーティングルーム3(個別相談会)

定員 各回1組(1組45分程度)

その他 ・個別健康相談は事前予約制

・健康測定会は予約不要



☎ 子育て・健康課健康づくり班 (☎71-7100)