



ほんの少しの勇気と行動が 世界をやさしくする



平成30年度 **自殺予防週間 9月10日(月)-9月16日(日)**

こころの健康相談
統一ダイヤル

おこなおろ まもろうよ こころ
0570-064-556
相談対応曜日・時間は都道府県によって異なります。

支援情報
検索サイト <http://shienjoho.go.jp/>
電話、メール、SNSなど様々な方法の相談窓口をご紹介します。

24時間
対応 **よりそい
ホットライン**

フリーダイヤル つなぐ ささえる
0120-279-338
岩手県・宮城県・福島県内からおかけの方
ガイダンスで専門的な対応もできます。(外国語不可)

FAXでの相談の方
FAX 03-3868-3811
IP電話及びLINE OUT
からおかけの方 **050-3655-0279**

SNS相談事業(平成30年上半期)の実施団体
については、厚生労働省ホームページで確認できます。

厚生労働省 SNS相談 検索



みんなで取り組もう **「いのち支えるゲートキーパー」**

ゲートキーパー
の役割

- ①変化に気づく
- ②じっくりと耳を傾ける
- ③支援先につなげる
- ④温かく見守る