

全国の自殺者数は、新型コロナウイルス感染症が流行し始めた令和2年以降、増加傾向にあります。自殺は、さまざまな要因が複雑に関係し心理的に「追い込まれた末の死」で、その多くは防ぐことができる社会的な問題であるといわれています。

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。

**問** 保健所保健予防課 ☎536-2852

相談窓口一覧はこちら

みまもんきー

検索



大切な命が、「自殺」で失われています。

全 国…年間 **21,723** 人 (毎日約 **60** 人)

大分市…年間 **75** 人 出典：警察庁自殺統計 (令和4年)

## 「ゲートキーパー養成研修会」のご案内

参加  
無料

「ゲートキーパー」とは、悩んでいる人や自殺の危険を示すサインを発している人に気付き、声を掛け、話を聴いて、必要な相談窓口や支援につなげ、見守る人のことで、「命の門番」とも呼ばれています。特別な資格などは必要ありません。

声掛けの仕方、話を聴くときや相談機関につなぐときのポイントなど、実技を交えて学びます。家族や職場の仲間など、大切ないのちを守るために学んでみませんか。

### 気付く

変化に気付いたら「どうしたの?」と声を掛けましょう。

### 傾聴

指導や否定をせず、本人の気持ちを受け止めましょう。

### つなぐ

本人の了承を得て、早めに専門機関につなぎましょう。

### 見守る

本人に温かく寄り添い、じっくり見守りましょう。

### 日時・場所

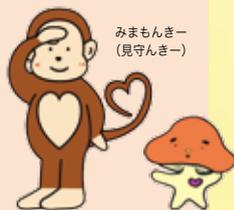
10月19日(木) 保健所6階 大会議室

10月26日(木) 鶴崎市民行政センター2階 大会議室  
※時間はいずれも午後1時30分～3時(午後1時受付開始)

**内容・講師** 「地域の住民だからこそできる自殺予防」関根 剛 氏(県立看護科学大学 准教授)など

**定員** 各100人(先着順)

**申込み** 電話またはファクスで、氏名、電話番号、希望日を9月1日(金)～29日(金)に保健所保健予防課(☎536-2852 ☎532-3356)へ。



みまもんきー  
(見守んきー)

しえんたけ  
(支援たけ)

☆大分市自殺対策推進キャラクター☆

その悩み抱え込まずに相談を  
9/10  
9/16  
は「自殺予防週間」です