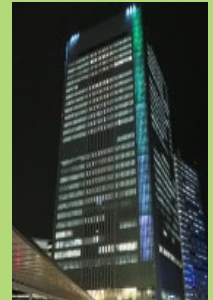


9月は自殺対策強化月間です

—気づいてください！体と心の限界サイン(九都県市自殺対策キャンペーン統一標語)—

自殺対策基本法では、9月10日から9月16日を「自殺予防週間」と定めています。九都県市(※1)では、この週間に合わせ、9月を「自殺対策強化月間」と位置付け、包括的な普及啓発を実施しています。横浜市においても、ライトアップなどの啓発活動を実施します。

※1 九都県市…埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県、横浜市、川崎市、千葉市、さいたま市、相模原市



横浜市役所

1 自殺対策カラーでライトアップ(神奈川県と共催)

横浜を象徴する建物等をグリーン(※2)でライトアップします。

※2 神奈川県では自殺対策のテーマカラーを、「信頼の芽生え」や「生きる力の回復」等を表す「グリーン(もえぎ色)」としています。

実施施設	実施日(9月)(★…ライトアップ実施日) ※施設により点灯時間が異なります。 網掛け:自殺予防週間。					
	8日 (金)	9日 (土)	10日(日)~15日(金)	16日 (土)	17日 (日)	18日 (月・祝)
横浜市庁舎			★			
神奈川県庁			★	★		
横浜税関	★	★	★	★	★	★
コスモクロック21			★	★		
横浜ハンマーヘッド			★	★		
横浜ハンマーヘッドクレーン			★	★		
女神橋	★	★	★	★	★	★
鶴見つばさ橋			★	★		

横浜税関の点灯期間は、9月11(月)~9月18日(月・祝)に変更となります。
今後も、悪天候の場合は予告なく点灯期間が変更になる場合があります。

2 市民相談室×こころの健康相談センター合同企画「こころの相談週間」の開催

相談の機会があることを広く周知するとともに、相談を必要とする方が支援につながるができるよう、通常は市民相談室で実施していない、こころの健康に関する相談と弁護士による法律相談を開催します。

「眠れない」「気分が落ち込む」等のこころの健康に関する相談や「多重債務で、生活が苦しい」等の法律相談を同日に予約することも可能です。

詳しくは別紙をご確認ください。

3 横浜駅六社局(※3) ～みんなで一緒にゲートキーパー宣言～

日々、様々なお客様と接する機会のある鉄道事業者の皆さまと一緒に、ゲートキーパーの役割を広める取組として、「六社局合同のゲートキーパー研修」を開催しました。

また、自殺予防週間中、各社局の駅構内等において、自殺対策啓発ポスターの掲出、構内アナウンスによる「悩んでいる方への相談の呼びかけ」や「ゲートキーパーの周知」を実施します。

※3 横浜駅六社局…JR 東日本旅客鉄道株式会社、京浜急行電鉄株式会社、相模鉄道株式会社、東急電鉄株式会社、横浜高速鉄道株式会社、横浜市営地下鉄

第1回目:令和5年7月28日



(後列左から)大溝典弘 副駅長(市営)、高橋和孝 副長(JR) 遠藤学 助役(市営)、白川教人(こころの健康相談センター長)
(前列左から)石井秀幸 駅長(市営)、丹羽貴博 副所長(JR) 齊藤功司 駅長(京急)

第2回目:令和5年8月3日



(後列左から)山崎華一郎 駅務主任(相鉄)、今井栄里 助役(東急) 白川教人(こころの健康相談センター長)
(前列左から)田所信一 副駅長(相鉄)、石川敦 駅長(高速) 高橋明男 副駅長(高速)

☆六社局を代表してのコメント～横浜市交通局 横浜管区駅長 石井秀幸～☆

勇気をもってお客様や、職場、身近な人に声をかけることが、悩んでいる方のいのちを支えることにつながると実感しました。自殺対策が、日常業務に通じている身近な問題だと気づくことができました。この気づきを職場全体で共有し、駅職員だからこそできる、ゲートキーパーの役割発揮につなげていきたいと思えます。

「ゲートキーパー」とは

ゲートキーパーとは、気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。

特別な資格はいりません。「いつもと様子が違う、そんなとき、ちょっと気にかけてみる、声をかけてみる」その声かけが、ゲートキーパーの第一歩になります。

ホームページにて、「ゲートキーパー養成研修～みんなでゲートキーパー宣言～」の動画を公開しています。是非、ご覧ください。

【横浜市 YouTube 公式チャンネル】

<https://www.youtube.com/watch?v=FBRKFAN9uXg>



厚生労働省自殺対策キャラクター
イラスト:細川貂々

【横浜市の自殺対策について】

横浜市自殺対策に関するホームページ [生きる・つながる、支えあう ～よこはま～](https://www.city.yokohama.lg.jp/kurashi/kenko-iryo/kokoro/jisatsu/)

<https://www.city.yokohama.lg.jp/kurashi/kenko-iryo/kokoro/jisatsu/>



お問合せ先

健康福祉局こころの健康相談センター担当課長 中村 秀夫 Tel 045-662-3526

こころの相談週間

特別相談会

相談無料

要予約



横浜市在住 在学・在勤の方へ

希望をもって生きるために、

悩みを相談できる場があります。

フリー素材「ぱくたそ」 (www.pakutaso.com)



会場:横浜市庁舎3階・市民相談室

(所在地:横浜市中区本町6丁目50番地の10)

アクセス みなとみらい線「馬車道」駅下車、10出入口直結 JR・市営地下鉄「桜木町」駅から徒歩約3分

	法律相談	こころの健康相談
日程	9月28日(木)・29日(金)	9月26日(火)・28日(木)・29日(金)
時間	13時～16時	
内容	経済的なお困りごと (借金・多重債務など)	こころの不調のお困りごと (不眠・気分が落ち込むなど)
相談員	弁護士	ソーシャルワーカー または 保健師
相談時間	1件 25分 以内	1件 40分 以内

【対象者】横浜市在住・在学・在勤の方

【申込開始日】9月11日(月)8時45分～

【申込先】横浜市役所 市民相談室 電話:671-2306

【問合せ】①法律相談:市民相談室(電話:671-2306) ②こころの健康相談:こころの健康相談センター(電話:662-3558)

横浜市市民相談室 又は 横浜市 生きる で 検索すると、詳しい内容が掲載されています。