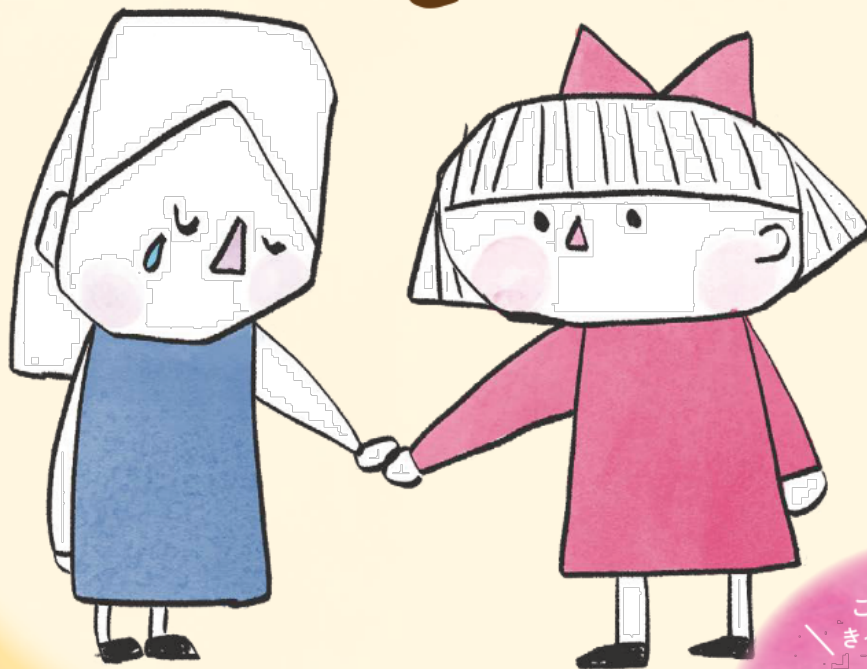


3月は自殺対策強化月間です

は
ん
ぶ
ん
こ
ろ

み
ん
な
で

こ
ろ
の
荷
物



ひとりで抱え込まないで
まずは一度うちあけてみない？

こころが軽くなる
きっかけが見つかる！
▼ 悩みによらず
Youtube番組
▼ 詳細はこちらをチェック！



▼ こころの相談窓口

相談無料

匿名OK

プライバシー厳守

沖縄いのちの電話
(死にたい気持ち・悩み相談)

☎098-888-4343

10:00-23:00 / 年中無休

☎0120-783-556 毎月10日のみ対応
8:00-翌8:00

こころの電話相談
(総合精神保健福祉センター)

☎098-888-1450

9:00-11:30、13:00-16:30 / 月・水・木(祝祭日は除く)

☎0570-064-556
(全国统一ダイヤル)

まもろうよ こころ (厚生労働省特設サイト)

<https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/>

電話・SNS
相談



北部保健所 ☎0980-52-2734 中部保健所 ☎098-938-9700 南部保健所 ☎098-851-3458
宮古保健所 ☎0980-72-8447 八重山保健所 ☎0980-82-3241 那覇市保健所 ☎098-853-7973

※各市町村の相談窓口についてはホームページにてご確認ください。



お問い合わせは TEL.098-866-2215 (沖縄県地域保健課)
<https://www.pref.okinawa.jp/site/hoken/chiki/hoken/seishin/jisatsu-sogo.html>

自殺対策 沖縄

検索

facebookで
情報発信中!



感じていませんか？こころとからだの変化

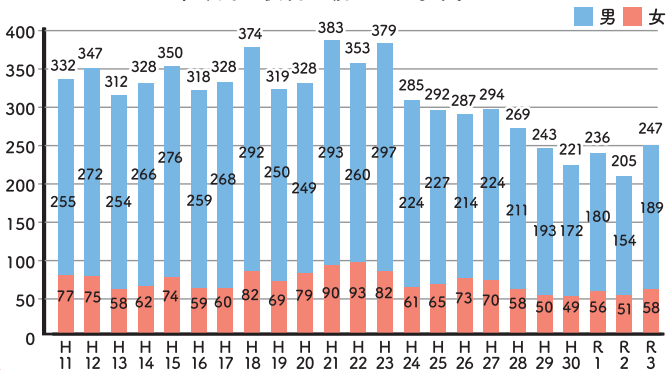


あなたも大切な人を見守るゲートキーパー

家族、会社の同僚や友人・・・身近な人の様子で気になることはありませんか？
 早期発見、早期治療に向けて、周囲が気づくこともとても大切です。
 ※ゲートキーパーとは、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、見守る人のことです。

沖縄県の自殺の現状

人口動態統計によると、沖縄県における自殺者数は平成24年以降、減少傾向にあります。しかし、いまだに1週間におよそ5人の自殺者が出ているという深刻な状況が続いています。



沖縄県の取組と対策

自殺対策の本質は「生きることの支援」。誰も自殺に追い込まれることのない沖縄を目指して、6つの基本施策と4つの重点施策を、「生きる支援関連施策」と共に構成しています。

基本施策			重点施策	
市町村等への支援の強化	地域におけるネットワークの強化	自殺対策を支える人材の育成	高齢者の自殺対策の推進	生活困窮者の自殺対策の推進
県民への啓発と周知	生きることの促進要因への支援	児童生徒のSOSの出し方に関する教育の推進	無職者・失業者の自殺対策の推進	勤務問題による自殺対策の推進

自殺対策強化月間 沖縄県YouTube番組

「ちむぐるる休憩室 スタジオ」

令和5年3月上旬より配信予定！ いつでも見られる♪

今の沖縄を生きるみんなに贈る、沖縄県YouTube番組です。
 いろんな想いを共有しながら、明日への元気をチャージしましょう。



司会進行	プログラム1	プログラム2	プログラム3	プログラム4	プログラム5
お笑い芸人 知念だ しんいちろう	ご存知ですか？ 沖縄県における自殺の現状	悩んで どうすれば消えるの？	未来や友人、家族… 未来を悩む君へ	自分らしく、 まわりと違って大丈夫！	今こそ勇気を出して、 SOS発信を！
	お笑い芸人(FEC所属) お笑い米軍基地主宰 ゲスト まーちゃん 氏	(一社)沖縄カウンセリング センター代表理事 ゲスト 松川 友樹 氏	こころ法律事務所 弁護士 ゲスト 村上 尚子 氏	レインボーハート沖縄 理事長 ゲスト 竹内 清文 氏	わかさ公民館 館長 ゲスト 宮城 潤 氏

※出演者、テーマ内容等は変更になる場合があります。