



【ゲートキーパーの役割とは】

◆変化に気づき、声をかける

家族や仲間の変化に気づいて、声をかけてみましょう。(元気がない、食事が減った、眠れていない、ため息が目立つ、口数が少ない など)



◆じっくりと耳を傾ける

本人の話せる環境を作り、心配していることを伝えてみましょう。そして相手の発言や感情を勝手に解釈したり、批評したりせずに、真剣な態度で受けとめましょう。



◆支援先につなげる

早めに専門家に相談するよう促しましょう。その場合、丁寧に情報提供し、確実に支援につながるよう相手の理解を得たうえで、家族や友人に連絡をしてみます。



◆あたたかく見守る

専門家や相談窓口につないだ後も、本人に寄り添いながら、あたたかく、ゆっくりと見守りましょう。「孤立・孤独」を防ぐことが大切です。

3月は自殺対策強化月間

大切な人の悩みに気づく、支える「ゲートキーパー」

ひきこもり家族相談会
ひきこもりで悩んでいる家族の皆さん、お茶やコーヒーを飲みながら悩みを相談してみませんか。参加費は無料で、予約は不要です。
日時 3月17日(月)
午後1時30分～3時の間
場所 にここ相談所

にここ相談所のご案内
町では、ここに悩みや病気がある人とその家族の居場所として「にここ相談所」を開設しています。お気軽にお問い合わせください。電話での相談もできます。
開所日時 平日午前9時～午後3時
場所 旧群岡中学校内
☎ 47-2380

ゲートキーパー養成講座を受けてみよう!
町では、毎年ゲートキーパー養成講座を開催しています。悩みを打ち明けられた時の対応方法や相談窓口について学ぶことができます。会社や団体でも講座を開催することができますので、健康増進課へ相談ください。



▲厚生労働省電話相談窓口はこちら



すごいな! むし歯のない子



三留 太陽くん (6町内)



佐藤 由菜ちゃん (芝草)



雅楽川 桜都ちゃん (宝川)

1月16日、3歳児3人を対象に健康診査を行った結果、全員むし歯がありませんでした。



健康増進課 健康支援係 佐藤 主任保健師

ゲートキーパーには特別な資格は必要ありません。あくまでも自殺を予防するための役割の一つです。