

## 主な相談窓口一覧

### 電話相談窓口

- 〇 ころの健康相談統一ダイヤル ☎ 0570-064-556
- 〇 よりそいホットライン／悩みを聞いてほしい方、DVなどの相談をしたい方など ☎ 0120-279-338 (24時間対応)
- 〇 いのちの電話
  - ☎ 0570-783-556 (10時～22時)
  - ☎ 0120-783-556 (16時～21時・毎月10日の8時～翌日8時)
- 〇 チャイルドライン／18歳までの子どもが利用できます
  - ☎ 0120-99-7777 (16時～21時)

### 地域の相談窓口

- 〇 支援情報検索サイト／どこに相談したらいいかわからないときは、地域別・方法別・悩み別に相談窓口を検索できます。



支援情報検索サイト

### SNS相談窓口

- 〇 NPO 法人自殺対策支援センター ライフリンク  
(月・火・木・金・日の17時～22時30分、水の11時～16時30分)



LINE  
@yorisoi-chat



Twitter  
@yorisoiachat



チャット

- 〇 NPO 法人東京メンタルヘルス・スクエア

(毎日12時～16時・17時～21時)



LINE



Twitter



Facebook



チャット

- 〇 NPO 法人 BOND プロジェクト

／10～20代の女性のためのLINE相談

(月・水～土の14時～18時)

・18時30分～22時20分)



LINE

### 乳幼児を子育て中の皆さまへ 子育て支援センターは 皆さまの子育てを応援します!

#### 一時預かり保育を利用しませんか

傷病や社会参加、緊急時など一時的に保育が必要な場合のほか、リフレッシュしたいときにお子様をお預かりします。ご利用には子育て支援センターへの事前申し込みが必要です。詳しくはお電話をいただくか、町ホームページをご覧ください。

状況により予定を変更することがあります。お気軽にお問い合わせください。実施状況や毎月の予定表などは町ホームページでもお知らせしています。

	開設日時など(場所は「にここひろば」以外、子育て支援センター)	
子育て悩み事相談	月曜日(要予約)	8:30～17:15
子育て相談・ほっとルーム &お庭開放	火曜日～木曜日	9:00～11:00 13:30～16:30
あそびのひろば	金曜日(3月5日・12日・19日・26日) ※予約制。詳細は予定表でご確認ください。	10:00～11:00 14:00～15:00
にここひろば (1歳半～)	3月24日(水)10:00～11:00(予約制) ※場所は金屋文化保健センター。詳細は予定表でご確認ください。	
消防車が やってくるよ!	3月8日(月)11:00～12:00 ※雨天の場合は3月22日(月)11:00～12:00に延期。 ※詳細は予定表でご確認ください。	

子育て支援センター ☎ 090-7966-1697・52-5474 (ファクス兼用)

健康みちしるべ

## 3月は自殺対策強化月間です

健康推進課(金屋庁舎)  
清水行政局住民福祉室

日本における自殺の現状は、平成10年(1998年)以降、国内の自殺者数が3万人を超える状態が続いていました。その後、平成24年(2012年)に3万人を下回り、平成30年(2018年)は2万8400人で昭和56年(1981年)以来37年ぶりに2万1000人を下回り、減少しています。しか

し、わが国の自殺死亡率(人口10万人当たりの自殺者数)は主要先進7か国の中で最も高くなっています。自殺死亡率は全体で低下してきていますが、20代・30代における死因の1位は自殺であり、自殺死亡率も他の年代に比べてピーク時からの減りが少なくなっています。また、新型コロナウイルス感染症

の影響で、従来とは異なる要因も増えており、自殺者数は増加していると考えられます。  
※自殺者数の推移／警察庁「自殺統計」から引用  
**誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して**  
悩みがある方・困っている方をサポートするためのさまざまな取り組みがあります。  
もしもあなたが悩みや不安を抱えて困っているときには、気軽に相談できる場所があります。相談方法もいろいろなものがあるので、ご希望の窓口を選んで話してみませんか。