

(広報資料)

令和3年2月26日



京都市自殺対策
シンボルマーク



京都市は持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS



京都市保健福祉局

担当 障害保健福祉推進室

電話 222-4161

担当 こころの健康増進センター

電話 314-0355

令和2年度「自殺対策強化月間」等における取組について

京都市では、持続可能な社会を目指すSDGsの基本理念である、「誰一人取り残さない社会の実現」に向け、「自殺対策強化月間」（3月1日からの1か月間）に、自殺予防やこころの健康問題に対する正しい知識等の周知、関係機関と連携した相談会などの取組を下記のとおり行いますので、お知らせします。

記

1 期間

令和3年3月1日（月）～3月31日（水）

2 内容

(1) きょう ほんと あした～くらしとこころの総合相談会～

ア 日時及び場所

令和3年3月13日（土） 午後1時～午後5時	京都市呉竹文化センター （京都市伏見区京町南七丁目35番地の1）
令和3年3月23日（火） 午後2時～午後7時	ハートピア京都 （京都市中京区竹屋町通烏丸東入る清水町375番地）

イ 相談内容

※（ ）内は相談対応者になります。

（ア）弁護士によるくらしの相談

（イ）心理士によるこころの相談

（ウ）僧侶によるいのちの相談

（エ）職場のメンタルヘルス相談（京都産業保健総合支援センター産業カウンセラー）

（オ）保健師によるからだとこころの健康相談

（カ）自死遺族、遺族相談（自死遺族サポートチーム）

※ 一人につき概ね45分程度

※ 相談無料

ウ 申込方法

(ア) 「いつでもコール」での申込（先着順）

TEL 6 6 1 - 3 7 5 5, FAX 6 6 1 - 5 8 5 5

パソコン <http://www.city.kyoto.lg.jp/sogo/page/0000012821.html>

携帯電話 <http://www.city.kyoto.lg.jp/mobile/main/page/0000180068.html>

※ 受付期間は、相談会の2週間前から2日前まで

学生・新規の相談者については優先的に3週間前から受付可能

※ 事前受付枠は2枠までとします。

(イ) 当日、会場での申込みも可能です。ただし、予約された方が優先となるため、できるだけ事前にお申込みください。

エ 主催等

主催 : 京都市

後援 : 京都市自殺総合対策連絡会

協力機関 : 京都弁護士会, 京都司法書士会, 京都産業保健総合支援センター,
京都自死・自殺相談センター (sotto)

自死遺族サポートチーム ころのカフェきょうと

(2) 普及啓発

ア 検索連動型広告を活用した相談窓口情報の発信

自殺に関するキーワードをインターネット (Yahoo, Google, Twitter) 上で検索
又はつぶやいた市民に対し、ころの相談に関する窓口情報 (きょう ころ ほっ
とでんわ, ころの健康増進センター相談専用電話等) を表示することで、相談窓
口の利用へとつなげます。

イ LINEリッチメッセージ配信

くらしところの総合相談会やころの健康に関する講演会等の情報を毎月配信
しています。3月は3月9日に配信します。

ウ 自殺予防啓発動画の放映

放映期間 : 3月中 (放映場所により放映期間は異なります。)

放映場所 : 市役所, 左京区役所他の行政情報モニター

エ フェイスブックからの情報発信

ころの健康に関するニュースを、フェイスブック「われらは京都市ゲートキー
パーズ!!」に掲載します。

オ 「ストレスマウンテン京都市版」配信

ライフイベントをもとに今抱えているストレスの蓄積状況をチェックすること
により、うつ病等の危険度の確認とその対策や、市内の相談窓口 (各区役所・支所保
健福祉センター, 労働相談コーナー, 京都弁護士会等) の情報を得ることが
できるウェブサービスをころの健康増進センターホームページで配信しています。

カ 京都駅新幹線下自由通路広告枠のパネル展示

展示期間 3月1日～3月31日

(3) 24時間こころの相談電話

「自死遺族・自殺予防こころの相談電話～きょう こころ ほっとでんわ～」

本市では、自死遺族の孤立を防ぎ、悩みを抱えている人の思いに耳を傾け、相談者の不安を軽減するため、「きょう こころ ほっとでんわ」を、土日祝日も含む24時間開設しています。また、お受けした相談の中で、必要な方に対しては、後日、内容に応じて専門家からお悩みをお聞きする寄り添い支援を実施しています。

ア 電話番号 075-321-5560 ※通常の電話通話料が掛かります。

イ 相談対応者

臨床心理士、保健師、看護師、精神保健福祉士、産業カウンセラーのいずれかの資格を有する者

ウ 内容

- (ア) 自死により親しい人を失ったつらさや死にたいほどつらい気持ち、その他様々なこころの相談を傾聴し、気持ちを整理しながら一緒に考えます。
- (イ) 新型コロナウイルス感染症による先行きの不安、生活の変化によるストレスなどをお聴きします。
- (ウ) 必要時、本市の関連相談窓口や適切な相談機関の紹介等を行います。
- (エ) 寄り添い支援は、弁護士、司法書士、産業カウンセラーなどの専門家から電話をお掛けし、お悩みに応じたアドバイス等を行います。

(4) 自死遺族支援

自死遺族サポートチーム こころのカフェきょうとが主催する自死遺族の交流会「フリースペース」の運営支援を行っています。

3月開催日程：3月4日（木）・3月18日（木）

開催時間：午後1時半～午後3時半

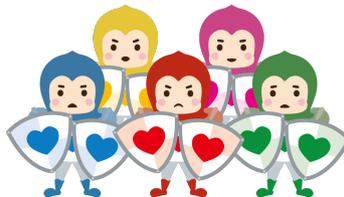
開催場所：こころの健康増進センター

内容：自死遺族の方が思いを語り合う

申込：不要

問合せ先：090-8536-1729（午後6時～午後9時）

詳細：こころのカフェきょうとホームページ <http://kokocafe.org/>



※自殺対策強化月間とは

自殺対策基本法において、例年、月別自殺者数の最も多い3月を「自殺対策強化月間」と定め、国、地方公共団体、関係団体等が連携して重点的に広報啓発活動を展開するとともに、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向け、当事者が利用しやすい相談事業及び関係施策の推進に努めるものです。