

9月10日～16日は「自殺予防週間」です

気づいて、心のサイン

「こころの健康」を守る伯耆町の取組み

先の見えない不安や、生きづらさを感じていませんか？

伯耆町では相談会や講演会を開き、本人やその家族が話し合える場を設けています。一人で悩まず、まず相談してみましょう。

心の健康相談

保健師による心の悩み相談を行っています。希望される人は、精神科医や臨床心理士との面談も実施できます。ご家族による相談も可能です。

と き 令和6年 9月18日(水)、10月23日(水)、11月20日(水)、12月18日(水)

令和7年 1月22日(水)、2月19日(水)、3月19日(水)

※いずれも午前中

※上記日程でご都合の合わない場合も随時相談に乗りしますので、お気軽にお問合せください。

ところ 伯耆町役場

相談窓口 伯耆町役場 福祉課 福祉支援室 ☎0859-68-5534

いのちの電話を知っていますか？

『いのちの電話』は、相談員が電話を通して様々な問題をかかえている人々と心を通わせ、再び生きる喜びを見出していくことを願いつつ、よき友人、よき相談相手になります。

鳥取いのちの電話 ☎0857-21-4343

12:00～21:00 年中無休

誰でも、いつでも、あなたにできること

～「ゲートキーパー」になろう！～

ゲートキーパーってなに？
わたしにも何かできることはあるかしら。

『ゲートキーパー』とは、悩んでいる人に気づいて声をかけ、話を聞いたり早めに専門家に相談するように促したりなど、温かく寄り添いながら見守る人のことです。特別な研修や資格は必要ありません。

大切な人の命を守るために、身近な人の様子がいつもと違うと気づいたら勇気をもって声をかけてみましょう。

SNS相談

電話で相談しづらい人はSNSによる相談もできます。

詳しくは、厚生労働省ホームページをご覧ください。



鳥取いのちの電話 映画会

映画【高野豆腐店の春】 入場無料

柔らかくて、甘くて、でもちょっと苦みもある。
豆腐はなんだか人生に似ている。

10月5日(土)	14:00～16:30 (開場13:30)	とりぎん文化会館 第1会議室	定員 180人
10月6日(日)		米子コンベンション センター小ホール	定員 250人

※要事前申込(定員になり次第、締め切りになります。)

申込方法 ハガキ・FAX・ホームページ

申込期限 9月20日(金)

▲ホームページ
はこちら

問い合わせ先

福祉課 福祉支援室 ☎0859-68-5534