

(広報資料)



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。

令和3年8月27日

京都市保健福祉局

担当 こころの健康増進センター

電話 314-0355

担当 障害保健福祉推進室

電話 222-4161

令和3年度「自殺予防週間」等における取組について

減少傾向にあった全国の自殺者数は、令和2年は増加に転じ、長引く新型コロナウイルス感染症の影響等により、更なる自殺者数の増加が危惧されています。

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、「自殺予防週間」（9月10日からの1週間）を含む9月に、自殺予防や自死遺族支援、こころの健康に対する正しい知識等の周知・啓発活動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 時 期

令和3年9月1日（水）～9月30日（木）

2 内 容

(1) 周知・啓発活動

ア ライフ in ^{ライト} 灯きょうと2021

(ア) 日時・場所 9月3日（金）

<第1部> 午後4時～午後6時 ゼスト御池 河原町広場

<第2部> 午後7時～午後8時 市役所前広場（雨天中止）

(イ) 内 容 京都市、京都府、こころのカフェきょうと、京都自死・自殺相談センター、学生団体SMILEの5者が、第1部ではパネル展示等を、第2部ではLEDろうそくの点灯を行い、自殺予防の必要性や自死遺族の思いの発信などを行います。

※ 当日は人との接触を極力避け、感染対策を徹底します。

イ 啓発キャンペーン

(ア) 市役所分庁舎パネル展示

9月6日（月）～17日（金）に自殺の現状・ゲートキーパーの役割・自死遺族の思い等に関するパネル展示を行います。

(イ) LINEリッチメッセージ配信

9月14日（火）に自殺予防週間等の取組情報を配信します。

<平成28年度の様子>



(ウ) こ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。

(エ) 「ストレスマウンテン京都市版」配信

ライブ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。

(オ) 自殺予防啓発動画を放映します。

放映時期 9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，右京区役所，伏見区役所他

(カ) 9月10日（金）に「大学のまち京都・学生のまち京都」公式アプリ「KYO-DENT」に「ちょっと休みましょう。弱音をはいてもいいんです。」というメッセージ及び相談電話の情報を発信します。

学生に相談電話の情報を周知いただくよう、市内各大学・短期大学へ依頼します。

ウ きょう いのち ほっとブック事業

市内図書館と共同でいのちとこころに関する図書とパネル展示を行います。

○ 場所 移動図書館を除く京都市全20図書館を予定

※ 緊急事態宣言により、8月20日から市内図書館では、すべてのイベント・展示を中止しています。きょう いのち ほっとブック事業の実施については、京都市図書館 HP (<https://www2.kyotocitylib.jp/>) にてご確認ください。

(2) 相談事業

ア きょう ほっと あした〜くらしとこころの総合相談会〜

平日相談と土曜相談を開催します。

(ア) 場所及び日時

令和3年9月11日（土） 午後1時～午後5時	京都市東部文化会館 ※緊急事態宣言期間のため、 オンライン相談のみに変更して実施します。
令和3年9月28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

- a 弁護士によるくらしの相談
- b 心理士によるこころの相談
- c 僧侶によるいのちの相談
- d 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）
- e 保健師によるからだとこころの健康相談

f 自死遺族・遺族相談（自死遺族サポートチーム）

※ 一人につき45分程度 ※相談無料

※ 職場のメンタルヘルス相談，自死遺族・遺族相談は，来所又はオンライン相談どちらかを選択

(ウ) 申込み方法

a 「いつでもコール」での申込み（先着順）

電話661-3755，FAX661-5855

パソコン <http://www.city.kyoto.lg.jp/sogo/page/0000012821.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原則3週間前から受付可能

※ 事前受付枠は2枠までとします。

b 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。

※ 9月11日については事前予約のみに変更します。



傾聴

イ 24時間こころの相談電話

(ア) 「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。

a 電話番号 075-321-^{こころまる}5560 ※通常の電話通話料が掛かります。

b 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

c 内容

(a) 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。

(b) 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。

(c) 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。

(d) 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。

なお，各事業において，マスク着用の徹底・手指消毒・換気等の感染予防対策を行った上で実施します。緊急事態宣言が延長された場合は，予定を変更する場合があります。

※自殺予防週間とは

平成19年6月に閣議決定された「自殺総合対策大綱」において、「9月10日の世界自殺予防デーに因んで、毎年、9月10日からの一週間を自殺予防週間として設定し、国、地方公共団体が連携して、幅広い国民の参加による啓発活動を強力に推進」することとされました。

自殺予防週間は、集中的な啓発事業等の実施を通じて、国民に自殺や精神疾患についての正しい知識を普及啓発し、これらに対する偏見をなくしていくとともに、命の大切さや自殺の危険を示すサイン、また危険に気づいたときの対応方法等について国民の理解の促進を図ることを目的とするものです。

9月		令和3年度自殺予防週間等における取組
1日	水	●自殺予防啓発動画放映開始
2日	木	
3日	金	●啓発イベント 「ライフ in 灯 (ライト) きょうと2021」
4日	土	
5日	日	
6日	月	
7日	火	
8日	水	
9日	木	
10日	金	●「大学のまち京都・学生のまち京都」 公式アプリ「KYO-DENT」に学生への メッセージ掲載
11日	土	●くらしとこころの総合相談会 土曜相談会 会場：京都市東部文化会館 ※オンライン相談に変更
12日	日	
13日	月	
14日	火	●LINEメッセージ配信
15日	水	
16日	木	
17日	金	
18日	土	
19日	日	
20日	月祝	
21日	火	
22日	水	
23日	木祝	
24日	金	
25日	土	
26日	日	
27日	月	
28日	火	●くらしとこころの総合相談会 平日相談会 会場：ハートピア京都
29日	水	
30日	木	

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

きょういのちほっとブック事業（図書館により開催期間は異なります）

市役所分庁舎パネル展示

自殺予防週間 9月10日～16日