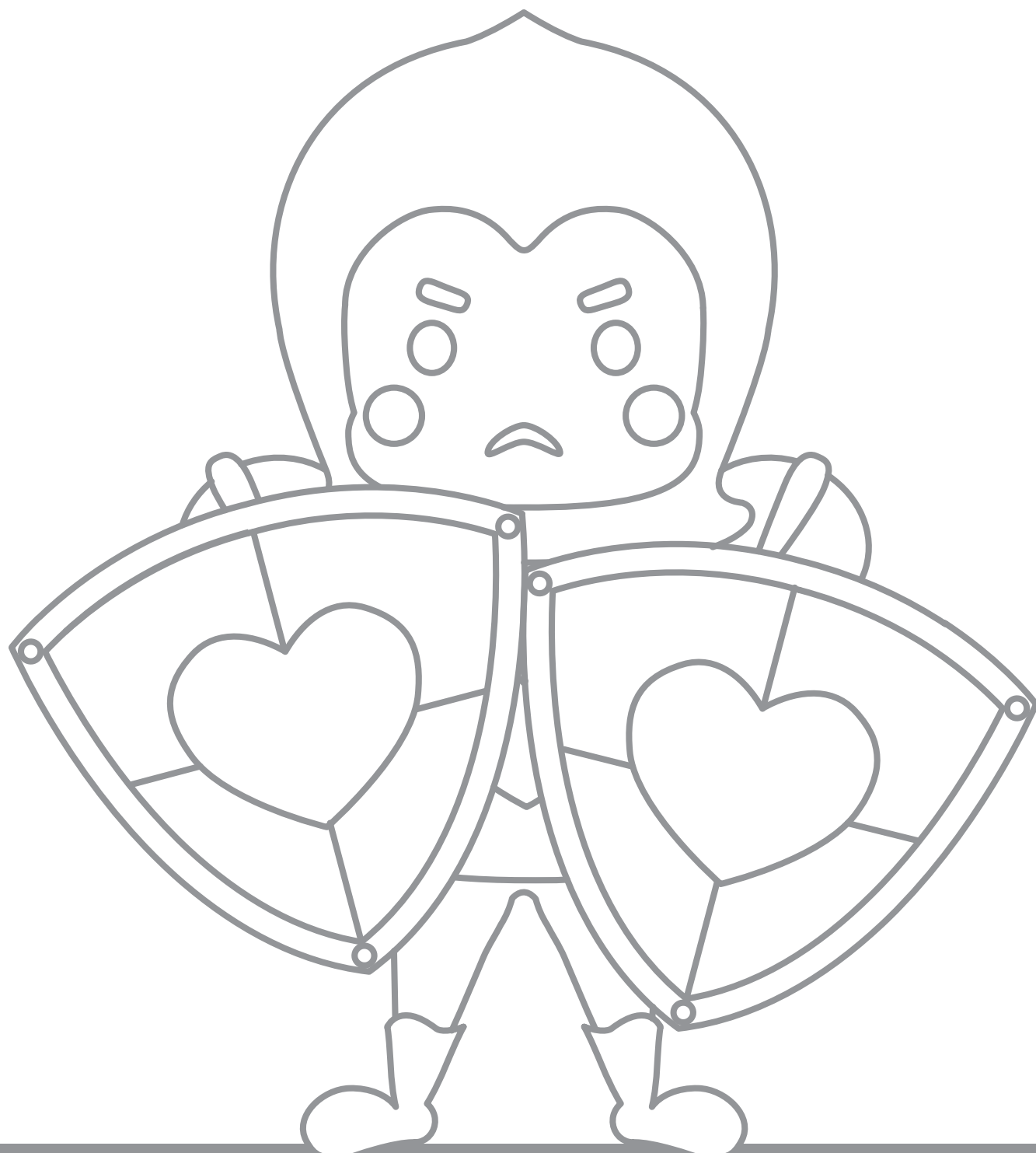


われらは 京都市ゲートキーパーズ!!



自殺の背景には、うつ、こころや暮らしの悩み、健康上の問題など様々な要因があるといわれています。

そんな悩みを抱える人に気づき、声をかけ、話をじっくり聴いて、必要があれば専門機関につなげ、見守る人のことを“ゲートキーパー”と言います。話をよく聴き、一緒に考えてくれるゲートキーパーがいることで、悩んでいる人は孤立せず、安心できます。決して専門家だけが、ゲートキーパーになるのではありません。まずは、勇気を出して、声をかけることから始めてみませんか？

発行／京都市こころの健康増進センター ☎相談専用電話 **専用回線** 075-314-0874 おはなし 月～金 9:00～12:00／13:00～16:00

きょう・こころ・ほっとでんわ ☎自死遺族・自殺予防こころの相談電話 075-321-5560 こころまる 月曜・火曜日 9:00～12:00／木曜日 13:00～16:00

(祝日、年末年始は除く)