

まちのサポート体制

～あなたの力になります～

あなたの力に
なってくれるよ



まちでは、悩みを抱えた人が一人でふさぎ込んでしまうことがないように、心に寄り添うさまざまな取り組みを進めています。お気軽にお問い合わせください。

こころの健康相談



精神保健福祉士が相談員としてどのような悩みでもお聞きします。
お気軽に相談してください。
※予約制

場 所 市役所(西館)
照 会 福祉課 ☎0537⁸⁵1121

精神保健福祉総合相談



精神科医が無料で悩みの相談を受け付けます。こころの病気などでお悩みの人、またその家族はぜひご連絡ください。
※完全予約制

照 会 西部健康福祉センター 掛川支所
☎0537²²3263

ひきこもり・不登校支援相談



これからのことを一緒に考えていきませんか？
一步一步前に進んでいきましょう。どなたでもお気軽にご相談ください。

照 会 御前崎市社会福祉協議会
☎0548⁶³5294

薬物・アルコール・ギャンブル等依存相談



薬物・アルコール・ギャンブルなど依存対象に頼らない生活スタイルと一緒に考えましょう。また、自殺対策もしています。
※予約制

照 会 静岡県精神保健福祉センター
☎054(286)9245

相談先の名称	受付	内容	連絡先
こころの電話	月から金(祝日・年末年始を除く) 8:30~11:45、13:00~16:30	こころのさまざまな悩みについての相談	☎054(285)5560
静岡いのちの電話	毎日/12:00~21:00	さまざまな悩みやこころの危機についての相談	☎054(272)4343
自殺予防いのちの電話	毎月10日/8:00~翌日8:00		☎0120(783)556

誰もが笑って暮らせる

御前崎に

多くの人は、生きていく中でさまざまなストレスや悩みを抱えます。そんな時、あなたの周囲に話を聞いてくれる人や共感してくれる人はいますか？

「人は一人では生きていけない」。誰もがこの言葉を聞いたことがあると思います。どれだけ強い精神や肉体を持っていても悩んだり不安になったりすることはあります。それが積み重なり、どうしようもできなくなると自殺に追い込まれることもあるでしょう。そうなる前に、その人たちの肩の荷を軽くし、困難に向き合う気持ちを支えることができたら、自殺で命を失う人や周囲で悲しむ人を減らすことにつながるのではないのでしょうか。

なにも特別なことをするわけではありません。「一人一人がゲートキーパー」という意識をもち、周囲の人に対する気付きや思いやりを心掛けていくことが、このまちの自殺者を減らすことにつながっていきます。

私たちが「誰もが笑って暮らせる御前崎」をつくっていきましょう。