

こころの健康づくりだより

【こころの健康のために】テーマ：自殺予防週間について

毎年9月10日から16日は「自殺予防週間」です

9月10日は世界自殺予防デーです。2003年に世界保健機構（WHO）と国際自殺予防学会（IASP）が共同で開催した世界自殺防止会議の初日を最初の世界自殺予防デーとして、世界的に自殺対策に取り組む責任があると決意表明（宣言）された日です。

警察庁・厚生労働省の自殺統計によると、小中高生の自殺者数は、近年増加傾向が続き、令和6年では529人と、統計のある1980年以降、最多の数値でした。また、小中高生合計の月別数では、9月が最多となっています。さらに、令和6年の児童生徒の自殺の原因・動機は、学校問題（学業不振、進路・入試に関する悩み）が約50%と最多、次いで健康問題、家庭問題の順でした。

9月は、長期休暇が終了し、新学期が始まる時期です。家族、友人、知人、同僚など、身近な人の様子がいつもと違うと変化に感じた場合には、じっくりと耳を傾け、相談窓口を紹介してみましょう。

話を聞いてもらった。
心が少し落ち着いた。

知らせてほしい、心のSOS。

心がもやもやしたり、ざわついたら、
電話やSNSで気軽に相談できます。



相談窓口はこちら まもろうよこころ

問い合わせ先 子育て健康課 TEL 377-5652

令和7年度「ひきこもり家族教室」開催のお知らせ

ひきこもりのことで、ちょっと話したい、誰かの話を聞いてみたい。そんなご家族が、気軽に集まって語り合い、学び合い、つながる場です。初めての方も、話さずに参加するだけでも大丈夫。あなたのタイミングで、無理なくご参加ください。

■ご都合に合わせて、好きな日に参加できます。

日 時	テ ー マ	会 場
9月8日（月） 13時30分～15時	ひきこもりの理解	三重県四日市庁舎 本館6階 大会議室
9月18日（木） 13時30分～15時	家族のこころを守るセルフケア	三重県伊勢庁舎 4階401会議室
10月2日（木） 13時30分～15時	今すぐ始めよう 親亡き後の準備と対策	三重県津庁舎 本館6階 大会議室
10月24日（金） 13時30分～15時		三重県津庁舎 本館6階 大会議室
11月14日（金） 13時30分～15時	ひきこもりに関する実態調査について家族交流会	三重県四日市庁舎 本館6階 大会議室
12月12日（金） 13時30分～15時		三重県伊勢庁舎 4階401会議室

定 員：各日30名

参加費：無料

対 象：ひきこもり状態の方を支えるご家族

※支援機関の方の参加は、お電話でお問い合わせ
ください

お申込み：URLまたは二次元コードから
<https://logoform.jp/form/8vMX/1141418>

締 切：各日の開催1週間前まで

※お電話でもお申し込みいただけます。

三重県こころの健康センター

電話：059-223-5243



9月21日は「世界アルツハイマーデー」です！

「世界アルツハイマーデー」は、認知症への理解、本人や家族への支援の充実を図るため、1994年に国際アルツハイマー病協会（ADI）と世界保健機関（WHO）の共同で制定されました。

また、9月を「世界アルツハイマー月間」と定め、日本でも2024年に毎年9月21日を「認知症の日」、9月

を「認知症月間」と決めました。朝日町においても、交流会や認知症サポーター養成講座、講演会等を実施し啓発活動が行われますので、ぜひご参加ください。

問い合わせ

朝日町地域包括支援センター TEL 377-5500

保険福祉課 TEL 377-5659

