

PART
3

9月は新潟県自殺対策推進月間、9月10日～16日は自殺予防週間です

湯沢町では、湯沢町ファミリー健康プランにもとづき、皆さん一人ひとりのこころの健康づくりを応援しています。

「ゲートキーパー」をご存じですか？

自殺防止のためには「気づき、つなぎ、支え合う」ことが大切です。ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話をきいて、必要な支援につなげ、見守ってくれる役割の人のことをいいます。

湯沢町では一人でも多くの方にこのゲートキーパーになっていただくため、「ゲートキーパー養成講座」を開催しています。皆さんのご家族やご友人が悩んでいる様子があったら… その時にできることをお伝えしています。年齢の制限はありません。どうぞ、お気軽にお問合せ、お申込みください。

ゲートキーパー養成講座のご案内

所要時間 1時間～1時間30分（応相談）

研修内容 ①自殺対策の理念

②周囲の人の変化やサインに気づこう

③相談機関につなぐ必要のあるとき など

講師 湯沢町保健師等

費用 講師派遣費用、資料代ともに無料

会場 湯沢町内のご指定の場所へ伺います

申込・相談 健康増進課 ☎ 025 - 784 - 3149

誰にも言えない悩みこそ誰かの助けが必要です。あきらめないでここに相談しよう。
～新潟県自殺予防対策推進県民会議からのメッセージ～

相談窓口のご案内

相談窓口	電話番号	開設時間
湯沢町 健康増進課（保健師）	☎ 025 - 784 - 3149	午前8時30分～午後5時15分 月曜～金曜（祝日を除く）
南魚沼地域振興局健康福祉環境部	☎ 025 - 772 - 8137	
中越地域いのちとこころの支援センター	☎ 0258 - 88 - 0070	
こころの相談 いいがた	☎ 0570 - ^{なやみ} 783 - ^{なしにがた} 025	毎日24時間
こころの健康相談統一ダイヤル	☎ 0570 - ^{まもろうよ} 064 - ^{こころ} 556	



認知症かわらばん

オレンジ ガイド

～認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを目指して～

映画『オレンジ・ランプ』上映会

日時 9月5日（土）開場 午後1時 開演 午後1時30分～3時10分

場所 湯沢町公民館 2階 ホール **料金** 無料

対象 町民 **申込** 事前申込不要

9月は認知症月間、高齢者見守り月間です。地域包括支援センターでは、毎年イベントを実施しています。今年は、本人の声をもとに製作された映画を上映します。

問 福祉介護課 地域包括支援センター ☎ 025 - 784 - 3000

