

報道機関 各位

～ 3月1日から31日は「自殺対策強化月間」です ～

駅周辺や小倉城を緑色にライトアップ・啓発用ショート動画を放映します

自殺対策基本法では、例年、月別自殺者数が多い 3 月を自殺対策強化月間と定めており、国及び地方公共団体において自殺対策を集中的に展開することとしています。

本市においても、自殺対策強化月間にあわせて自殺予防に関する様々な啓発事業等を集中的に実施します。周知にご協力いただきますよう、よろしくお願い致します。

○ 期間中の主な事業

1 小倉駅及び黒崎駅周辺、小倉城を緑色にライトアップします

本市の自殺対策では、気持ちが「和らぐ」「落ち着く」、「リラックスする」カラーとして緑色を、各種啓発物やホームページ（いのちとこころの情報サイト）において使用しています。
期間中、小倉駅及び黒崎駅周辺を緑色にライトアップします（3月9日（日）を除く。日没から 24 時まで）。
また、3月6日（木）～3月8日（土）の3日間、初の試みとして小倉城を緑色にライトアップします。



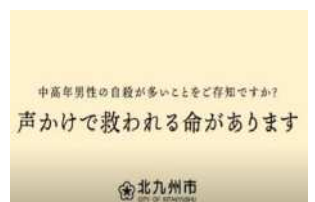
2 中高年男性・若年層向けショート動画を放映します

様々な要因が重なり、つらいときや苦しいとき、誰かの声かけがその人を救うきっかけになるかもしれません。市民の皆様への啓発を目的としたショート動画を、JR 小倉駅の大型ビジョンや市公式 Youtube チャンネル等で放映します。ぜひご覧ください。

・放映開始 令和7年3月1日（土）から



良ければ話を聞かせて



期間中、上記以外にも別紙のとおり各種啓発事業を実施します。

【お問い合わせ】

保健福祉局 精神保健福祉センター
担当：小松（所長）、麦島（係長）
電話：093-522-8744

令和6年度 自殺対策強化月間（令和7年3月） 関連事業一覧

○ 研修・講座

項目	内容	期日・場所【対象等】
市民向けゲートキーパー養成研修	加藤隆弘氏を講師に迎え、「こころの応急処置を学ぼう～メンタルヘルスファーストエイド研修～」をテーマにゲートキーパー養成研修会を開催します。	3月5日(水) 14:30～16:30 北九州市立精神保健福祉センター
市民向けゲートキーパー養成講座	市民を対象にゲートキーパー養成講座を開催します。 (※自殺対策強化月間中の開催分のみを掲載しています。) ※「ゲートキーパー」とは、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応(悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る)を図ることができる人のことです。	3月8日(土)10:30～11:30 北九州市立若松図書館 3月16日(日)14:00～15:10 北九州市立八幡図書館 3月22日(土)9:45～11:15 北九州市立門司図書館 ※各図書館へ事前申込要

○ 相談

項目	内容	期日・場所【対象等】
くらしとこころの総合相談会	相談者が抱える様々な問題を専門職(弁護士、司法書士、精神保健福祉士、臨床心理士)が1ヶ所で相談できるワンストップ型の相談会を開催します。 (市政だより2/15号で募集記事掲載予定。先着3名。)	3月13日(木) 17:00～20:00 北九州市立精神保健福祉センター
電話相談	「こころの健康相談統一ダイヤル」(厚生労働省)に参加します。 ※北九州市内の固定電話から全国共通の統一番号(0570-064-556)にかけると、精神保健福祉センターに常設する「自殺予防こころの相談電話」(093-522-0874)につながります。	3月3日(月)～31日(月) 各9:00～17:00 (土日祝は除く)

○ 広報・啓発

項目	内容	期日・場所【対象等】
小倉駅・黒崎駅周辺ライトアップ	小倉駅及び黒崎駅周辺を緑色にライトアップします(日没から24時まで)。 (本市の自殺対策では、気持ちが「和らぐ」「落ち着く」「リラックスする」カラーとして緑色を、各種啓発物やホームページ(いのちとこころの情報サイト)において使用しています。)	3月1日(土)～31日(月) ※3月9日(日)を除く
市立図書館と連携した自殺予防ポスター掲示・リーフレット等配布	各市立図書館(門司・中央・小倉南・若松・八幡・八幡西・戸畑)において、期間中、自殺予防ポスター掲示の他、リーフレット等の啓発物を配布します。 また、一部の図書館では自殺予防に関する図書の展示コーナーを設置し、自殺予防関連図書を紹介いたします。	2月下旬～3月下旬頃 (各市立図書館ごとに異なります)
駅への自殺予防ポスター掲示	自殺予防ポスターをJR駅(北九州管内)及び北九州モノレール駅に掲示し、自殺対策・自殺予防について広く啓発するとともに、相談窓口を周知します。	・JR駅(北九州管内) 3月1日(土)～3月31日(月) ・北九州モノレール駅 3月24日(月)～3月31日(月)
北九州パレスパネル展示	福岡県立北九州勤労青少年文化センター(北九州パレス)において自殺予防に関するパネル展示を行います。こころの健康等に関するリーフレット等の啓発物も配布します。	3月上旬～下旬頃 9:00～21:00(休館:月(月が祝日のときはその翌日)) 福岡県立北九州勤労青少年文化センター(北九州パレス)(小倉北区井堀5-1-3)
市が管理するホームページやSNS等を活用した啓発・広報	市の公式SNS等にて、自殺予防に関する啓発・広報を行います。	3月上旬及び中旬頃
関係機関に対する啓発用ポスター配布・掲示依頼	関係機関へ啓発用ポスター(厚生労働省作成)等を配布し、掲載依頼を行います。	2月下旬～3月下旬頃
自殺予防啓発ショート動画の配信	若年層及び中高年層に焦点を当て、市民の皆様へ向けた啓発ショート動画を小倉駅JAMビジョンやYouTube広告・各区役所の電子掲示板で配信します。	3月上旬～3月下旬頃
小倉城ライトアップ	小倉城を緑色にライトアップします(日没から22時頃まで)。	3月6日(木)～3月8日(土)

自殺対策基本法では、例年、月別自殺者数が多い3月を自殺対策強化月間と定めており、国及び地方公共団体において自殺対策を集中的に展開することとしています。

本市においても、毎年、自殺対策強化月間にあわせて自殺予防に関する様々な啓発事業等を集中的に実施しています。

令和6年度 ゲートキーパー養成研修

こころの応急処置を学ぼう

～メンタルヘルス・ファーストエイド研修～

メンタルヘルス・ファーストエイドとは、メンタルヘルス（心の健康）の問題を抱える人に対して、専門家による支援の前に提供する『初期支援』のことを言います。このプログラムは、2001年にオーストラリアで開発され、現在は日本をはじめ二十数カ国で展開されています。

メンタルヘルスの専門家ではなく、家族や友人、職場の同僚、対人サービス職の従事者などによって提供されるもので、メンタルヘルスの問題で悩んでいる人に対し、初期支援を提供し、適切な専門的支援へ導く方法を学ぶためのものです。

メンタルヘルスの問題は、誰にとっても身近な問題です。ぜひ一緒に学んでみませんか。

講師

九州大学 大学院医学研究院 精神病態医学分野 准教授 加藤 隆弘 先生

日時

令和7年3月5日(水) 14:30～16:30（受付14:00～）

会場

総合保健福祉センター 視聴覚室（総合保健福祉センター 6階）
（北九州市小倉北区馬借一丁目7番1号）

対象者

北九州市民の方

定員

20名

申込方法

裏面をご覧ください。
電子申請が難しい場合は、お電話でも受け付けます。

申込期間

令和7年2月3日(月)～2月27日(木)
※応募多数で参加できない場合のみ、ご連絡させていただきます。

申込みは、下記の電子申請(スマらく窓口)システムをご利用ください

(パソコンをご利用の方)

<https://ttzk.graffer.jp/city-kitakyushu/smart-apply/apply-procedure/2527214333729391765>

(スマートフォンをご利用の方) 下記の二次元コードを読み込んでください。



電子申請が出来ない場合にはお電話でお申込みください。

《お願い》

■お申込み後にキャンセルされる場合は、ご連絡ください。

■お越しの際は公共交通機関をご利用ください。

<問い合わせ・申込先>

北九州市いのちとこころの支援センター (担当:渡邊、古沢)

〒802-8560 小倉北区馬借一丁目7番1号(精神保健福祉センター内)

TEL:093-522-8744 ・FAX:093-522-8776