

令和5年度 自殺対策強化月間（令和6年3月） 関連事業一覧

○ 研修会・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会～」をテーマにゲートキーパー養成研修会を開催します。 (市政だより2/1号で募集記事掲載中。定員に達しました。)	3月13日(水) 14:30～16:30 北九州市立精神保健福祉センター
メンタルヘルス講座	市民を対象にメンタルヘルスに関する講座を開催します。 (※月間期間中開催分のみ掲載) 3月17日(日)10:30～12:00 市立小倉南図書館 (テーマ:「家族が認知症になったら」、講師:小嶋秀幹氏) 3月17日(日)14:00～15:30 市立八幡図書館 (テーマ:「ストレスとうつ」、講師:小嶋秀幹氏) 3月23日(土)14:00～16:00 市立若松図書館 (テーマ:「幸せの人間関係」、講師:中島俊介氏)	同左(要申込。申込については各図書館へお問い合わせください。)

○ 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3/1号で募集記事掲載中。先着3名。)	3月28日(木) 13:00～16:00 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1日(金) ～31日(日) 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】
ショート動画の配信	中高年男性及び若年層に焦点を当てて、市民の皆様へ向けた啓発ショート動画を配信します。市公式YouTubeチャンネルや市ホームページからご覧いただけます。	3月1日(金)～
いのちとこころの情報サイト リリースコラムの掲載	自殺対策専用ページ「いのちとこころの情報サイト」では、自殺予防の視点から「メンタルヘルス」・「うつ病」・「自殺」・「自死遺族」・「依存症」など、当事者や専門家などによるコラムを掲載しています。今回、新たに4名の方にコラムを執筆していただきました。	3月4日(月)～毎週月曜日に掲載(計4回)
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、気持ちや「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(金) ～10日(日)
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)、北九州モノレール駅 3月1日(金)～3月31日(日)
パネル展示	市政情報コーナー(市庁舎1階)において自殺予防に関するパネル展示を行います。	3月1日(金) ～29日(金)
各区役所電子掲示板での 相談窓口の周知	市内各区役所待合室等に設置している行政広告(電子掲示板)に、こころの相談窓口の情報を掲載します。	3月1日(金) ～29日(金)
市が管理するホームページや SNS(「X」等)を活用した 啓発・広報	市が管理するホームページや精神保健福祉センターXアカウント等を活用して、自殺予防に関する啓発・広報を期間中に随時行います。	3月1日(金) ～29日(金)
関係機関に対する啓発用 ポスター配布・掲示依頼	関係機関や各市立図書館において、啓発用ポスター(厚生労働省作成)を掲載します。併せて、自殺予防に関するリーフレットを配布します。	3月中