

受け手・支え手支援ガイドの活用と相談窓口の周知について

## 射水市いのち支える自殺対策推進計画より

### 基本施策4「生きることの促進要因への支援」

#### 2「相談体制の充実と支援策・相談窓口情報のわかりやすい発信」

様々な相談が受けられるよう、相談体制の充実を図っていく必要がありますが適切な場所につなぐことができるよう「受け手・支え手支援ガイド」を作成し、相談窓口に関する情報をわかりやすく発信していきます。

#### (1) 受け手・支え手支援ガイドの作成、配布

令和3年3月に「受け手・支え手支援ガイド」第1版を作成（別添）

令和3年4月に射水市役所庁内各課、射水市民病院、地域包括支援センター等へ240部配布

#### (2) 相談窓口の周知（令和3年度の市の取組）

##### ① 広報「いみず」

月	内容
毎月	・こころの健康相談の紹介
9月	・こころの健康を保つための方法 ・富山県心の健康センター等相談窓口の紹介 ・射水市いのち支える自殺対策推進計画と市政出前講座「こころの健康相談」の紹介

##### ② ケーブルテレビ「射水市保健だより」

月	内容
9月	・こころの健康を保つための方法 ・こころの健康相談等相談窓口の紹介

##### ③ 市ホームページ

相談窓口を紹介するページを拡充

月	内容
通年	・こころの健康相談の紹介

9月	<b>新</b> こころの健康に関する各相談窓口一覧の紹介 <ul style="list-style-type: none"> <li>・自殺対策ポータルサイト「タッチハート」</li> <li>・厚生労働省の「もし、悩みを抱えていたら『まもろうよ こころ』」</li> <li>・職場のメンタルヘルス・ポータルサポート「こころの耳」</li> <li>・10代、20代のメンタルサポート「こころもメンテしよう」</li> </ul>
今後	2月、3月に健康情報メールを配信予定

④ SNS での発信 (**新**LINE、Twitter)

月	内容
9月	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自殺予防週間について</li> <li>・こころの健康に関する各相談窓口一覧の紹介</li> </ul>
3月 (予定)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自殺対策強化月間について</li> <li>・こころの健康に関する各相談窓口一覧の紹介</li> <li>・図書館企画展示「こころのリフレッシュ展」の紹介</li> </ul>

⑤ **新**その他

- ・睡眠に関するリーフレットを作成し、相談窓口を紹介。がん検診や健康講座等の参加者へ配布
- ・8月に小・中学校の全生徒の保護者及び教員へ「長期休業明けの児童生徒の自殺予防に係る相談窓口の案内」を配布し、相談窓口の周知や対応方法について普及啓発
- ・市役所職員向け掲示板

月	内容
9月	<ul style="list-style-type: none"> <li>・9月自殺予防週間について</li> <li>・こころの健康相談等相談窓口の紹介</li> <li>・受け手・支え手支援ガイドの活用について</li> </ul>
3月 (予定)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・3月自殺対策強化月間について</li> <li>・こころの健康相談等相談窓口の紹介</li> <li>・図書館企画展示「こころのリフレッシュ展」の紹介</li> <li>・受け手・支え手支援ガイドの活用について</li> </ul>