

生 は 死
き ん に
た た た
い い い
。 は の
、

死にたい、
生きたい、

あなたの
生きたいに
寄りそいたい。

9月は新潟市自殺対策推進月間です。～こころの健康についての相談窓口～

新潟市こころの健康センター

TEL: **025-232-5560**
(平日8時30分～17時)

新潟市こころといのちのホットライン

TEL: **025-248-1010**
(平日17時～22時、休日10時～16時)

新潟県こころの相談ダイヤル

TEL: **0570-783-025**
(毎日24時間)

新型コロナウイルス感染症による影響が長引くなか、
全国では自殺者数が**20,907人**と増加しています。

令和2年新潟市では**118人**の方が自ら命を絶っている現状です。



新潟市における月別自殺者数の推移 (R2.1月～R3.6月)



新型コロナウイルス感染症による経済や生活への影響は、
こころの健康を悪化させ、
さらには自殺のリスクが高まる恐れがあります。

こころの不調は誰にでも起こりますが、自分では気づきにくい場合があります。

**からぶりでもいいです！
気になったら声かけを！**

周囲の人が変化に気づいたとき、早めに声をかけ、
専門機関に相談するように勧めてください。

不調のサイン・気づきのポイント



✓ 眠れない



✓ 食欲がない



✓ 口数が少なくなった

新潟市こころの健康センターとは…

こころの健康について、精神保健福祉相談員などが相談をお受けします。
また、解決のために必要な相談窓口を紹介しています。
相談は、ご本人だけでなく、ご家族や関係者も対象です。秘密は固く守られます。

変化に気づいたときは
早めに相談窓口を
利用しましょう。



〒951-8133 新潟市中央区川岸町1丁目57番地1 TEL:025-232-5560
(平日8時30分～17時)