

守ることのできる **命** があります

自殺は、生活・就労・健康問題、精神疾患等の要因が絡み合い、心理的に追い込まれた末の死です。
区では、「気づく・つなげる・ささえる」を柱に、さまざまな支援を行っています。

気づく

ゲートキーパー研修

自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応ができる人(ゲートキーパー)を増やし地域全体で自殺予防に取り組みます。

- [日 時]** 10月18日(水)午後2時～4時
- [会 場]** 区役所北庁舎101会議室
- [対 象]** 区内在住・在勤の方 **[定 員]** 50人(申込順)
- [講 師]** NPO法人自殺対策支援センターライフリンク代表・清水康之氏、NPO法人全国自死遺族総合支援センター代表・杉本脩子氏

展示「自殺予防の取り組みを知ろう」

図書館では関連する本の展示・貸し出しを行います。ぜひ、お越しください。

- [展示期間]**
- 区役所1階ロビー…9月7日(木)まで
- 日暮里図書館…9月15日(金)～30日(土)
- 尾久図書館…9月15日(金)～10月11日(水)
- ゆいの森あらかわ…10月20日(金)～11月15日(水)

「こころと命のカード」を配布

自殺予防のための普及啓発活動にも力を入れています。
カードは、講演会やイベント、区役所1階障害者福祉課等で配布しています。



ささえる

自殺未遂者への支援

区では、日本医科大学、東京女子医科大学東医療センター等の病院と連携しています。病院で本人の希望を確認した上で、保健師が病院に出向き、生活に関する相談を受け、関係機関につなげ支援しています。



申込み・相談・予約・問合せ 障害者福祉課(区役所1階) ☎内線2378

つなげる

一人で悩まずに相談を

- 荒川区こころと命の相談 ☎(3802)5031
保健師が相談をお受けし、支援機関を紹介します。
[曜 日] (月)～(金) ※祝等を除く
[時 間] 午前8時30分～午後5時15分

- 若者を中心とした支援「Bondプロジェクト@あらかわ」
10代～30代の女性を中心とした相談機関です。虐待、こころの不調、性被害、自傷行為等の生きづらさを抱える方を中心とした相談を受け付けています。

- ▶相談室(来所)
電話・電子メールで予約のうえ、お越しください
[曜 日] (火)・(木)・(日)
[時 間] 午後2時～8時
[場 所] Bondプロジェクト@あらかわ(西日暮里2-18-3 6階)
[費 用] 無料
[予 約] ☎(6458)3773 ✉hear@bondproject.jp
※電話予約受付は、(火)・(木)・(日)午後1時～8時のみ
- ▶電話相談
[曜 日] (火)・(木)・(日)
[時 間] 午後4時～7時
[相談先] ☎070(6648)8318
- ▶電子メール相談
[相談先] ✉hear@bondproject.jp
HP <http://bondproject.jp/index.html>

- 関係機関の相談窓口
- ▶東京都自殺相談ダイヤル ☎(0570)087478
[時 間] 午後2時～午前5時30分
- ▶東京自殺防止センター ☎(5286)9090
[時 間] 午後8時～午前6時 ※(火)は午後5時から
- ▶いのちの電話 ☎(3264)4343
24時間受け付け
- ▶よりそいホットライン ☎0120(279)338
24時間受け付け
- ▶NPO法人全国自死遺族総合支援センター
☎(3261)4350
大切な人を亡くした遺族のための相談窓口です。
[曜 日] (木) **[時 間]** 午前11時～午後7時

国民健康保険のお知らせ

健康診査を受診しましょう

対象者には、6月下旬に受診券を郵送しています。受診券・保険証を持参し、同封している案内に記載の医療機関で受診してください。



実施期間 11月30日(木)まで

対象者 区内在住の40歳以上で、荒川区国民健康保険や後期高齢者医療制度に加入している方、生活保護を受けている方等
※新たに加入し、受診を希望する方には、受診券を発行します

問 合 せ ▶国保年金課 ☎内線2371
▶保健予防課 ☎内線416

社会保険の加入者に該当していませんか

株式会社・有限会社等の法人事業所に勤務する方は、法律で社会保険への加入が義務付けられています。

また、現在、国民健康保険に加入している家族の方も、次の要件に該当する場合、社会保険の扶養になることができます。事業主を通して事業所を管轄する年金事務所社会保険の加入手続きを行った後、国民健康保険をやめる手続きをしてください。

- ▶社会保険の加入者と世帯を同一にし、主として加入者の収入で生計を維持している親族
- ▶年間収入が130万円未満の方(60歳以上または障害厚生年金を受けられる程度の障がいの方は180万円未満)

問 合 せ 国保年金課 ☎内線2375