

心の サイン 感じたら



寄りそう、支えあう、つながりあう。

ゲートキーパー

あなたを必要としている人がいます。

3月は、
自殺対策
強化月間
です。

寄りそう、支えあう、つながりあう。
ゲートキーパー
あなたを必要としている人がいます。

心の
サイン
感じたら



気づき

家族や仲間の変化に気づいて、声をかける

傾聴

本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

つなぎ

早めに専門家に相談するよう促す

見守り

温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

寄りそう、支えあう、つながりあう。
ゲートキーパー
あなたを必要としている人がいます。

全国一斉こころの健康統一ダイヤル

0570-064-556

よりそいホットライン 24時間対応

0120-274-338

心の
サイン
感じたら



詳しくは内閣府
自殺対策推進室HPを
ご覧ください。

自殺対策

検索