

QRコードから相談窓口を読み取れます。



NPO法人
自殺対策支援センターライフリンク
#いのちSOS
☎0120-061-338



一般社団法人
社会的包摂サポートセンター
よりそいホットライン(24時間対応)
☎0120-279-338



一般社団法人 日本いのちの電話連盟
いのちの電話
☎0120-783-556
ナビダイヤル ☎0570-783-556



NPO法人
チャイルドライン支援センター
チャイルドライン(18歳まで)
☎0120-99-7777



こころの健康相談
統一ダイヤル
☎0570-064-556

NPO法人 自殺対策支援センターライフリンク
「生きづらびっと」



LINE



Web

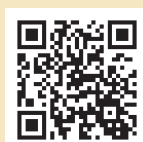


チャット

NPO法人 東京メンタルヘルス・スクエア
「こころのほっとチャット」



LINE



Facebook



ウェブチャット

NPO法人 あなたのいばしょ (24時間365日)
NPO法人 BONDプロジェクト 10代20代の女性のための LINE相談



「ゲートキーパー(命の門番)」 になりましょう

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけてあげられる人のことで、特別な研修や資格は必要なく、誰でもなることができます。悩んでいる人に寄り添い、丁寧に話を聴くことは、その人にとって大きな心の支えになり、「孤独・孤立」を防ぐことにつながります。1人でも多くの方に、ゲートキーパーとしての意識を持っていただき、「誰も自殺に追い込まれることのない赤磐市」を目指して、それぞれの立場でできることから行動を起こしていただきたいと思います。話を聴いて困ったときには、専門の相談窓口へご連絡をお願いいたします。また、赤磐市では、ゲートキーパー養成研修を適宜行っております。機会がありましたらぜひ、ご参加をお願いいたします。



第2次 赤磐市自殺対策計画

誰も自殺に追い込まれることのない赤磐市を目指して

本計画は、「自殺対策基本法」の規定により、本市の実情を勘案して定める自殺対策における計画です。計画の期間は、2024(令和6年)年度から2028(令和10年)年度までの5年間とします。本市では、計画期間内に達するべき目標として、第1次計画から引き続き自殺死亡率を0に近づけることを目指します。



困った時の各種相談窓口



困っていること、悩みごとがある場合はひとりで抱えず、ぜひ相談を!



からだやこころのなやみ相談

赤磐市役所 健康増進課

☎086-955-1117

あかいわ健康・急病相談ダイヤル

☎0120-118-384
(24時間)



高齢者の介護・福祉の総合窓口

赤磐市地域包括支援センター

☎086-955-1470(本庁)

☎086-957-2334(赤坂分室)

☎086-995-2336(熊山分室)

☎086-954-2533(吉井分室)

生活や仕事・家計に関する 相談窓口

赤磐市くらし・しごと応援センター
あすてらす

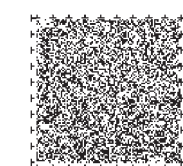
☎086-955-0552

子ども、子育て、妊産婦、障がい者に 関する総合窓口

赤磐市子ども・障がい者相談支援センター
(りんくステーション)

☎086-955-0555

音声読み取り



いのち支える自殺対策への取り組みと関連する生きる支援

本市では、毎年約7人の方が自殺で亡くなられており、また、自殺死亡率が全国平均を上回っている年もあります。「誰も自殺に追い込まれることのない赤磐市」を目指して、さまざまな取り組みを行っているところですが、自殺死亡率は改善しているとは言えない現状です。

5つの基本施策

01 地域におけるネットワークの強化

- ① 地域におけるネットワークの強化
- ② 特定の問題に関する連携・ネットワークの強化

02 自殺対策を支える人材の育成

- ① さまざまな職種を対象とした研修の実施
- ② 市民を対象とした研修の実施

03 市民に対する自殺対策の啓発と支援情報の周知

- ① リーフレット等啓発グッズの作成と周知
- ② 市民向け講演会やイベント等の開催
- ③ 各種メディア媒体を活用した啓発活動

04 生きることの促進要因への支援

- ① 自殺のリスクを抱える可能性のある人への支援
- ② 自殺未遂者への支援
- ③ 遺された家族への支援

05 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

- ① 児童生徒のSOSの出し方に関する教育の実施
- ② 児童生徒からのSOSに対応する受け皿の整備

5つの重点施策

重点施策 ①

高齢者対策

高齢の方は、孤独・孤立に陥りやすく、その方に応じた支援や働きかけが必要です。高齢の方とご家族が、住みなれた地域で人と関わりながら暮らしていけるような地域づくりを進める必要があります。

重点施策 ②

生活困窮者対策

生活困窮に陥っている方は、経済的な困窮に加えて関係性の貧困があり、自殺リスクが高い傾向があります。生活困窮の方への支援は、いろいろな関係機関が協働して、包括的に取り組んでいく必要があります。

重点施策 ③

勤務・経営対策

勤務・経営に関する自殺対策は、働き方改革の諸施策との連携を図りながら進める必要があります。また、勤務上の悩みを抱えた方が適切な相談先・支援先につながるよう、相談体制の強化や窓口情報の周知など、地域での取り組みが必要です。

重点施策 ④ 子ども・若者対策

子ども・若者への支援は、生活環境やライフステージによって置かれている状況も異なることから、それぞれの段階にあった支援が求められます。そのため、保健・医療・福祉・教育・労働など、各分野の関係機関が連携しながらの支援が必要です。

重点施策 ⑤ 無職者・失業者対策

無職の方・失業中の方は、就労や経済の問題を抱えていたり、経済問題以外の傷病、障がいや人間関係の問題を抱えている場合もあります。当事者のリスクをもれなく把握し、多職種、多分野で当事者本位の支援体制の構築が必要です。

その他各種相談窓口

いのちとこころの相談

・備前保健所東備支所 東備地域保健課	0869-92-5180
・こころの健康相談(岡山県精神保健福祉センター内)	086-201-0828
・岡山いのちの電話	086-245-4343
・緊急時(夜間・祝日)の精神科医療相談 岡山県精神科救急情報センター	086-225-9080

わかちあいの会(遺族の会)

・備前保健所 保健課	086-272-3934
・おかやま犯罪被害者サポート・ファミリーズ	086-245-7831

子どものための相談窓口

・赤磐市青少年育成センター	086-955-8080
・岡山県青少年総合相談センター(ハートフルおかやま110)	086-224-7110
・就学や進学について 赤磐市教育委員会教育総務課	086-955-6807
・いじめ、不登校等について 赤磐市教育委員会学校教育課	086-955-0972
・24時間子供SOSダイヤル	0120-0-78310
・ヤングテレホン・いじめ110番(岡山県警察本部少年課)	086-231-3741
・子どもほっとライン	086-235-8639

子ども・家族の相談

・子ども・家庭電話相談室	086-235-4157
・岡山県中央児童相談所(18歳未満)	086-235-4152

母子保健、子育てについて

・乳幼児の育児相談 赤磐市役所 健康増進課	086-955-1117
-----------------------	--------------

高齢者のための相談窓口

高齢者虐待について	
・赤磐市地域包括支援センター	086-955-1470(本庁) 086-957-2334(赤坂分室) 086-995-2336(熊山分室) 086-954-2533(吉井分室)
一人暮らしの緊急通報システム設置について	
・赤磐市役所 社会福祉課	086-955-1115

障がいのある方の相談窓口

各種手続き、虐待、成年後見制度について	
・赤磐市役所 社会福祉課	086-955-1115

ひきこもり相談窓口

・赤磐市役所	086-955-0971(社会福祉課) 086-955-1117(健康増進課) 086-955-2635(子育て支援課)
・岡山県ひきこもり地域支援センター	086-224-3188

DV相談窓口

・赤磐市役所 協働推進課	086-955-1114
・DV夜間電話相談(岡山県女性相談所)	086-235-6101
・岡山県男女共同参画推進センター(ウィズセンター)	086-235-3310
・岡山県DV休日電話相談(社会福祉法人クムレ)	086-441-1899

女性のための悩み相談

・岡山県女性相談所	086-235-6060
-----------	--------------

男性のための悩み相談

・岡山県男女共同参画推進センター(ウィズセンター)	086-221-1270 ※毎月第4土曜日13:30~16:30
---------------------------	-------------------------------------

多重債務相談

・財務省 中国財務局 多重債務相談窓口	082-221-9206
---------------------	--------------

相談先資料：いのちとこころの岡山県自殺対策推進センター相談窓口
(令和5年8月1日現在)を参考に赤磐市が作成
※相談窓口は変更することがありますので、詳細は各機関にお問い合わせください。

被害者支援の窓口

・おかやま犯罪被害者サポート・ファミリーズ	086-245-7831
・(公益社団法人)被害者サポートセンターおかやま(VSCO)	086-223-5562
・性暴力被害者支援センター(おかやま心)	086-206-7511 #8891(夜間・休日対応)
・おかやま被害者支援ネットワーク事務局	086-233-8349

奨学金制度の窓口

・日本学生支援機構奨学金相談センター	0570-666-301
・あしなが育英会	0120-778-565
・岡山県育英会	086-226-7598

生活支援に関する相談窓口

生活保護制度について	
・赤磐市社会福祉事務所(赤磐市役所社会福祉課内)	086-955-0971
生活福祉資金貸付制度について	
・赤磐市社会福祉協議会	086-955-5500
母子・父子・寡婦福祉資金貸付制度について	
・赤磐市役所 子育て支援課	086-955-2635

税金についての相談

・赤磐市役所 税務課	086-955-0950
・備前県民局	086-233-9811
・瀬戸税務署	086-952-1155

仕事に関する相談窓口

求人情報の提供、職業相談、職業紹介	
・和気公共職業安定所	0869-93-1191
働くことに悩みを抱えている人を対象とした相談(15~49歳まで)	
・おかやま地域若者サポートステーション	086-224-3038
子育て中の就職の相談	
・おかやまマザーズハローワーク(ハローワークプラザ岡山市内)	086-222-2905
高齢者(原則60歳以上)を対象とする就業機会の確保・提供	
・赤磐市シルバー人材センター	086-955-6466
赤磐市内の事業者の方、起業・創業をお考えの方を対象とした経営支援	
・赤磐市産業支援センター(赤磐市役所 商工観光課内)	086-955-2037
仕事・職場に関する悩み	
・岡山労働局総合労働相談コーナー	086-225-2017

住まいに関する相談窓口

・岡山県居住支援協議会総合相談窓口(おかやま入居支援センター)	086-237-0200
・住まいと暮らしのサポートセンターおかやま	086-231-0841

年金相談窓口

・岡山東年金事務所	086-270-7925
・ねんきんダイヤル	0570-05-1165

消費生活のトラブルについての相談窓口

・赤磐市役所 くらし安全課	086-955-2650
・赤磐市消費生活センター	086-955-4783

法律の専門家の相談窓口(要予約)

・赤磐市無料法律相談 赤磐市役所 協働推進課	086-955-1114
・東備法律相談センター	086-234-5888
・労働と生活に関する弁護士相談	086-223-4401
・岡山県司法書士会	086-224-2334

法情報窓口の紹介

・法テラス岡山	050-3383-5491
・法テラス サポートダイヤル(法的トラブル)	0570-078-374
・法テラス サポートダイヤル(犯罪被害者支援ダイヤル)	0120-079-714