9月は県自殺防止月間
「みんなでつなごう いのちとこころの絆」

県の自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺者数）は、平成15年に最多の37・8となり、30年には20・5に減少しましたが、全国ワースト3位と依然として高い状態にあります。

県では9月を自殺防止月間とし、自殺予防に取り組んでいます。市でも自殺予防週間（9月10～16日）を設け、市役所結の広場に特設ブースを設置。市民と共に自殺予防に取り組む社会づくりに向けて啓発活動をします。

特設ブースにパンフレットなどを置いています

■心の健康相談会

自分自身や家族の心の悩みに専門医が応じる相談会を開きます。独りで悩むのではなく、まずは相談してください。要予約。

▼日時 10月19日(月)午後2時から4時まで
▼場所 市役所本庁相談室
▼申し込み先 健康福祉課健康推進係（☎・内線1091）

■電話での相談窓口

予約をしなくても電話で相談できる窓口をさまざまな機関が設けています。夜間対応が可能な窓口もあります。

相談窓口	電話番号	受付日時
自殺予防いのちの電話	0120-783-556	毎月10日　午前8時～翌朝8時
盛岡いのちの電話	019-654-7575	月～土曜日　正午～午後9時 日曜日　正午～午後6時
よりそいホットライン	0120-279-226	24時間
こころの相談電話 （岩手精神保健福祉センター）	019-622-6955	月～金曜日　午前9時～午後9時
岩手県県央保健所	019-629-6574	月～金曜日（祝日を除く） 午前9時～午後4時半
市健康福祉課	0195-74-2266	月～金曜日（祝日を除く） 午前8時半～午後5時15分

福祉 NETWORK

ささえあいの輪

地域福祉課障がい福祉係 ☎・内線1112

障がいの相談は相談員へ

市は障がいがある人の地域活動の推進や生活に関する悩み事の相談に応じるため、身体障害者相談員4人（任期＝令和4年3月31日まで）と知的障害者相談員2人（任期＝4年7月31日まで）を委嘱しています。

既に障害者手帳を持っている人だけでなく、これから障がいのサービスを利用したいと考えている人でも相談できます。相談は無料です。相談内容や相談者の身上、家族に関する秘密は守られます。気軽に近くの相談員へ相談してください。

◆相談内容の例　障害者手帳取得のための申請、補装具の購入、就労支援、ヘルパーの利用、施設入所、家族関係、経済的な問題など

身体障害者相談員

宇土沢 弘子 さん
＝秋葉＝
☎ 72-2080

工藤 正美 さん
＝南平笠＝
☎ 76-4231

池田 佐江子 さん
＝寄木新田＝
☎ 76-4730

髙橋 石夫 さん
＝南寄木＝
☎ 76-4459

知的障害者相談員

伊藤 昇 さん
＝南寄木＝
☎ 76-3673

熊澤 博 さん
＝上関＝
☎ 77-2435