

ひとりで
悩まないで。



ぼくに電話
ください

新潟県自殺予防キャンペーン



ナビダイヤル

なやみ

なしにいがた

0570-783-025

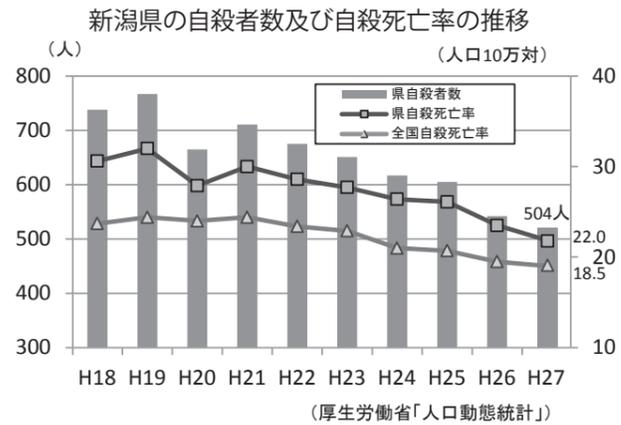


新潟県

悩みに応じた相談窓口は

新潟県自殺予防キャンペーン

- 新潟県の自殺者は減少傾向にあります。
しかし、平成27年も500人を超える方が自殺で亡くなっています。また、自殺死亡率(人口10万人当たりの自殺者数)も22.0と全国(18.5)を上回る状況にあります。
- 健康のこと、家族や家庭のこと、お金や生活のこと、仕事のことなど、悩みは人によってさまざまです。
- 周りの人の様子がいつもと違ったら…



あなたにもできることがあります

- 「どうしたの?何か悩んでる?よかったら話してみて」などと声をかける。
- 話を聴くときは心配していることを伝え、相手の考えを否定せずに対応する。
- 話を聴いたら、「大変だったね」とねぎらいの気持ちを伝える。
- 最後に、専門家に対応する相談窓口があることを伝え、相談するよう促す。

- 相談はこちらへ

新潟県こころの相談ダイヤル(毎日・24時間対応)

ナビダイヤル なやみ なしにいがた

0570-783-025



こころの悩みはこちらでもお聞きしています。

下越地域いのちとこころの支援センター	☎ 0254-28-8880	平日 8:30 ~ 17:15
中越地域いのちとこころの支援センター	☎ 0258-88-0070	平日 8:30 ~ 17:15
上越地域いのちとこころの支援センター	☎ 025-524-7700	平日 8:30 ~ 17:15
新潟県精神保健福祉センター	☎ 025-280-0113	平日 8:30 ~ 17:00
新潟市こころの健康センター	☎ 025-232-5560	平日 8:30 ~ 17:00

さまざまな悩みに応じた相談窓口は、新潟県ホームページでご案内しています。

こころの相談 にいがた

検索

