



かけがえのない命を守るために ～3月は自殺対策強化月間です～

例年3月は、進学や就職、転勤など、生活環境が大きく変動することが多い時期ということもあり、年間月別自殺者が多くなる傾向にあります。そのため国は毎年3月を「自殺対策強化月間」と定めています。「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現のためにも、互いに支え合う気持ちを持つことで守られる命があります。

ゲートキーパー（命の門番）になろう！

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す。

特別な研修や資格は必要ありません。悩んでいる人に寄り添い、関わりを通して「孤独・孤立」を防ぎ、支援することが大切です。

気づく

家族や仲間の変化に
気づいて声をかける

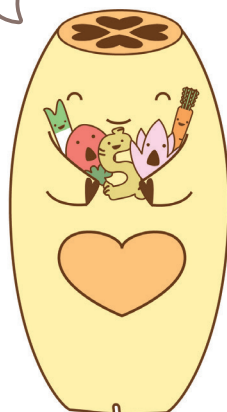
4つのうちどれか1つが
できるだけでも
悩んでいる方にとっては
大きな支えになります。

傾聴

本人の気持ちを尊重し
耳を傾ける

つなぐ

早めに専門家に
相談するよう促す



見守る

温かく寄り添いながら
じっくりと見守る

こころの体温計でストレスチェック

ストレスや心の落ち込み具合など心の状態を簡単にチェックできます。
相談窓口もご紹介しています。



★8020表彰を希望される方へ★

愛知県歯科医師会では、80歳以上で20本以上ご自分の歯がある方を対象に、
審査および表彰状をお渡する【8020キャンペーン】はちまるにいますを実施しています。

愛知県歯科医師会に加入している歯科医院で実施します。

ご希望の方は、下記期間内にお近くの歯科医院へお出かけください。

《対 象》 昭和22年3月31日以前に生まれた方 ※過去に受賞歴がある方は対象外

《審査期間》 令和8年4月1日から令和8年5月31日まで

《実施場所》 愛知県歯科医師会に加入している歯科医療機関

《費 用》 無料

《問合せ先》 愛知県歯科医師会 ☎052(962)8020

