

9月は「自殺予防週間」です

自殺対策基本法では、**9月10日**の世界自殺予防デーにちなんで、**9月10日から9月16日までの1週間**を「自殺予防週間」と定めています。

自殺の誤解や偏見をなくし、正しい知識を普及啓発することや命の大切さや自殺の危険を示すサイン、また危険に気づいたときの対応方法等についても、理解を深めていただくことを目的としています。

自殺の背景・原因には、身体やこころの病気などの「健康問題」、多重債務などの「経済・生活問題」、いじめなどの「学校問題」、長時間労働などの「勤務問題」など様々な要因があります。自殺は、様々な要因が複雑に関係しており、その多くが追い込まれた末の死といえます。

これらの問題は、決して特別なものではなく、誰にでも起こりうるものです。自殺は限られた人の問題ではなく、あなたの身近な問題でもあるのです。

※あなたや、あなたの身近な人が悩んでいたら、

ひとりで抱え込まずに、相談しましょう。

※「つながると心が少し軽くなる」をご活用ください。