



誰も自殺に追い込まれることのない 社会の実現を目指して



毎年、9月10日から16日は自殺対策基本法に基づいた「自殺予防週間」とされており、国、県、市町村、関係団体等が連携して「いのちを支える自殺対策」という理念に基づいた活動をしています。

近年、全国の小中高生の自殺者数は増加傾向にあると言われており、令和6年における小中高生の自殺者数は529人と過去最多となりました。(警察庁自殺統計原票データによる)

和歌山県においては、毎年140～200人近くの方が自殺により亡くなられており、男性は女性の約2倍

となっています。また50代以降の自殺者数が多い状況にあります。(厚生労働省人口動態統計による)

自殺は、年齢・性別に関わらず複雑な問題が関係した結果、心理的に追い込まれた末の死であり、その多くが防ぐことができる社会的な問題です。

周りで悩んでいる人がいたら、優しく声をかけてあげてください。声をかけ合うことで、不安や悩みを少しでも和らげることができるかもしれません。その一言が、一人でも多くの方が自殺に追い込まれる前に、生きるための支援につながる糸口となるかもしれません。

●精神保健福祉センターでは、様々な問題を抱えている方の相談に対応しています

ひとりで悩まず少し勇気を出して相談してみませんか

はあとライン電話相談

対象…生きづらさを感じられている方、大切なひとを自死で失った方、依存症、嗜癖などでお悩みの方やその家族
電話…0570-064-556
◆24時間(365日対応)

生きる支援相談 窓口一覧

悩みを抱えたとき、困っているときに相談できる専門機関の一覧



いのちのセーフティライン わかやま

平日9:00～17:00
(年末年始を除く)
LINEで相談できます。



ギャンブル、薬物、アルコール等の 依存症当事者や家族の個別相談

対象…ギャンブル、薬物、アルコールなどにお悩みの方やその家族
◆場所 和歌山県精神保健福祉センター
◆要予約、相談無料

お問合せ・お申込み

和歌山県精神保健福祉センター
和歌山市手平2丁目1-2 和歌山ビッグ愛 2階
☎073-435-5194 FAX073-435-5193



わかちあいの会和歌山『うめの花』

- 自死遺族相談(個別相談)
対象…大切な人を自死で失った方
- 「うめの花」交流会
対象…大切な人を自死で失った方
- 「グリーンワーク」交流会
対象…大切な人をご病気や事故等で亡くされた方
- ◆場所 和歌山県精神保健福祉センター
- ◆自死遺族相談(要予約) 交流会(初回のみ要予約)
- ◆相談無料

自殺の予防で県民の皆様に 期待されている役割は ゲートキーパー

まわりで悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことを『ゲートキーパー』と呼びます。和歌山県では、現在までに約6,000人のゲートキーパーを養成しています。一人一人がそれぞれの立場で『ゲートキーパー』の役割を担うことが自殺の予防として期待されています。

<気づき>

家族や仲間の変化に
気づいて、声をかける

家族や仲間の人の様子が”いつもと違う”とき
【サイン】眠れない、食欲がない、
口数が少なくなった等
まずは「声かけ」が重要です

<傾聴>

本人の気持ちを尊重し
耳を傾ける

話してくれたらまずはしっかりと
悩みに耳を傾けましょう。本人
の気持ちを尊重し共感したうえで、
相手を大切に思う自分の気持ち
を伝えましょう。

<つなぎ>

早めに専門家に相談
するよう促す

こころの病気や社会的な問題を
抱えているようであれば、専門
家への相談につなぎ、本人の気
持を理解してくれる人と連絡を
取りましょう。

<見守り>

温かく寄り添いながら、
じっくりと見守る

つないだ後も必要があれば相談
に乗ることを伝え、身体やこころ
の健康状態について、自然な雰
囲気で声をかけて優しく寄り添い
ながら見守りましょう。

定額減税補足給付金(不足額給付)を支給します

国の経済対策に基づいて令和6年度に実施した「定額減税補足給付金(調整給付)」において、給付額に不足が生じた人に対し、追加で給付を行います。



○対象となる方

令和7年1月1日時点で本町に住所を有する方のうち、以下のいずれかに該当する方

- ①令和6年度に実施した調整給付について、令和5年所得を基にした推計所得税額などを用いて算定したことにより、本来給付すべき額より少なく給付された方
例) 令和5年の所得に比べ、令和6年の所得が減少したため、所得税が減った方
- ②本人および扶養親族として定額減税対象外であり、かつ低所得者向け給付の対象世帯の世帯主・世帯員にも該当しなかった方
例) 専従者(青色・白色)、合計所得金額48万円超の方

○手続方法

- ①・②とも本町で確認ができた方に、9月上旬から確認書または申請書を送付しますので、必要事項を記載、添付し、同封の返信用封筒で令和7年10月31日(金)までに返送していただきます。
- ※一部、転入等で税情報等が本町で把握できない場合は、確認書が送付されないの、税務課へお問い合わせください。

お問合せ 税務課 ☎0738-22-8841

あなたの命を守る マイナ救急実施中



マイナ救急とは…

救急隊員が傷病者のマイナ保険証(健康保険証として利用登録したマイナンバーカード)を活用し、傷病者の医療情報等を閲覧する仕組みのことです。

★マイナンバードカードを見せるだけで以下の情報が伝わります



・傷病者の説明負担が軽減されます
・より適切な処置が受けられます

マイナ救急の流れ



令和7年10月1日から開始



総務省消防庁✕日高広域消防事務組合消防本部

お問合せ 日高広域消防事務組合 消防本部警防課 ☎0738-63-1119

