

自殺対策強化月間（平成27年9月）の取組状況

◆講演会、講習会等（都民対象）

区市町村名	開催日時	題名・テーマ等	開催場所	対象者（定員）	問い合わせ先
中央区	9月8日（火） 13時～14時30分	平成27年度第1回ゲートキーパー養成講座	中央区保健所会議室	区内在住・在勤 定員70名（先着順）	中央区保健所健康推進課 予防係 03-3541-5930
港区	9月24日（木）	自殺対策講演会「イマドキ男子と女子の理解」～若者の今と周囲にできること～	みなと保健所	80人	みなと保健所健康推進課 地域保健係 03-6400-0084
新宿区	9月30日（水）	眠りと健康～ここちよく眠るための秘訣とは～	新宿区役所第二分庁舎 分館1階会議室	区内在住・在勤 の方 50名	新宿区保健所保健予防課 保健相談係 03-5273-3862
文京区	9月6日（日）	テーマ『守り、支え合う「いのち」大切な命をつなぐために』 映画上映及びミニゲートキーパー研修	文京シビックホール 小ホール	一般住民（300人）	予防対策課 保健予防係・ 保健指導係 03-5803-1225
墨田区	9月14日（月）	上手に睡眠力アップ 睡眠のお話	ユートリア本館A棟 （墨田区東向島2-38-7）	区内在住・在勤・関係者 先着30名	向島保健センター保健指導係 03-3611-6193
		上手に睡眠力アップ 呼吸法・ストレッチ・アロマの紹介と体験			
江東区	9月30日（水） 13時30分～15時	こころのサポーター養成講座 「身近な人のSOSに気付いたら」	江東区文化センター6階	区内在住・在勤 80名	保健予防課保健係 03-3647-5906
品川区	10月3日（土） 13時30分～16時	自殺予防対策事業 映画上映会	きゅりあん （品川区総合区民会館）	中学生以上 （200名）	保健予防課 03-5742-9152
目黒区	9月5日（土）	自殺対策講演会 大切な人を亡くさないために ～『死にたい』と言われたら～	目黒区総合庁舎 大会議室	一般区民	健康推進課健康づくり係 03-5722-9584
大田区	8月17日（月） 13時30分～16時	ゲートキーパー初級講座 「大切ないのちを守るために」	大田区役所201会議室	一般住民等 （100名）	健康医療政策課 健康政策担当 5744-1263
	9月9日（水）、18日（金） 18時30分～20時	家族がうつ病といわれたら ～あなたにもできることがみつかる～	大田区役所201会議室	うつ病と診断された 方の家族（一般区民）（80名）	蒲田地域健康課 5713-1701
世田谷区	9月7日（月）	ゲートキーパー養成講座（入門編） 「自殺に向かうこころの理解」	三茶しゃれなあとぼーる	60名	世田谷保健所健康推進課 03-5432-2947
	9月30日（水）	くうつ就労支援講演会くうつ・双極性障害の知識（4回連続の一回目）	フライトホール	60名	世田谷総合支所健康づくり課 03-5432-2896
中野区	9月2日（水） 18時30分～20時20分	大切な人をうつから守るために～うつ病の理解とその対応～	中野区産業振興センター（中野区中野2-13-14）	在住・在勤・在学（96）	北部すこやか福祉センター 03-3389-4323
	9月10日（木） 19時～21時	生きづらさを抱える人に寄りそう～「死にたい」若者たちの心理と対応～		区内在住・在勤・在学者（90）	中野区保健所自殺対策担当 03-3382-6500
杉並区	9月5日（土） 14時～16時	生きづらさをかかえる若者たち～困ったと言える子ども・気づく大人であるために～	杉並保健所 地下講堂	区内在住・在勤・在学の方 （定員80名）	杉並保健所保健予防課 03-3391-1025
	9月11日（金） 9時30分～11時30分	～あなたとまわりが輝く～ 「話しやすい人」になる「きくコツ」講座&お話し体験	西荻図書館	区内在住 定員24名	西荻図書館 03-3301-1670
	9月16日（水） 18時30分～20時30分	メンタルヘルス講座 ～働く人の心のセルフケア法～	杉並保健所 地下講堂	区内在住 定員50名	産業振興センター 勤労者支援担当 03-3391-0317
豊島区	8月24日（月） 14時～16時	あなたは大丈夫？～意外と身近にある依存症～	豊島区区民センター	一般住民 （定員80名）	池袋保健所健康推進課 保健指導係 03-3987-4174
北区	9月2日（水） 19時～21時	働きざかりのメンタルヘルス～心配しないで、うつ病と言われても～	北とびあ 第一研修室	一般区民 （60名）	王子障害相談係 03-3908-9081 赤羽障害相談係 03-3903-4161
板橋区	9月8日（火） 10時～12時	働き盛りの方のためのストレス耐性アップ講座	板橋区保健所講堂	区民（35名）	板橋健康福祉センター 03-3579-2333
	9月9日（水） 18時30分～20時15分	うつ病・躁うつ病の上手な対応と働くこと	板橋区立グリーンホール	区民（100名）	予防対策課 03-3579-2329
江戸川区	9月14日（月） 14時～16時	いのち見守り隊養成講座（ゲートキーパー養成講座）	総合文化センター	区内在住・在勤者 （定員200名）	いのちの支援係 5661-2487
八王子市	随時	身近なゲートキーパー養成講座	町会館等	市民等	保健対策課 042-645-5196
立川市	9月15日（火）	睡眠・リラクゼーションとこころの健康	健康会館	40歳以上の立川市民 （定員30人）	健康推進課 保健事業係 042-527-3272

武蔵野市	9月19日(土) 15時～17時	「笑える自殺の本、書きました」	武蔵野プレイス	市民優先(100名)	0422-36-3830 ライフル・トMEW
昭島市	9月3日(木) 13時30分～15時30分	ストレス管理と睡眠	昭島市保健福祉センター	一般住民(30人)	昭島市保健福祉センター 保健指導係 042-543-7303
小金井市	10月2日(金)	ゲートキーパー養成研修(初級)若年層向け	市民会館 萌え木ホールA・B会議室	50名	自立生活支援課 042-387-9841
小平市	9月18日(金) 14時～16時	心の健康づくり講演会「睡眠と健康」	小平市健康センター	一般住民(定員70名)	小平市健康センター 保健指導担当 042-346-3701
東村山市	9月3日(木) 14時～16時	こころの健康講座「笑いヨガ」	市民センター2階 第1・2会議室	先着60名	健康増進課
	9月10日(木) 14時～16時	こころの健康講座「知っておきたい、心の疲労が招くトラブル～うつって、どんな病気～」	市民センター2階 第1・2会議室	先着90名	
	9月18日(金) 14時～16時	こころの健康講座「ポジティブ心理とヨガ」	いきいきプラザ2階 学習室	先着60名	
清瀬市	9月6日(日) 13時～15時	清瀬市健康大学 第6回講演会 「折れないこころの育て方」	健康センター 2階会議室	健康大学生 一般住民 (定員なし)	清瀬市健康推進課 保健サービス係 042-497-2077
東久留米市	10月9日(金)	こころの健康づくり講演会	市民プラザホール	先着100名	健康課
多摩市	9月26日(土)	心の健康づくり講演会～認知行動療法～	永山公民館	福祉関係専門職 及び市民	福祉総務課
	9月28日(月)	ゲートキーパー講座	関戸公民館	市民	福祉総務課
稲城市	9月10日(木)	こころがふわりと軽くなるこころのABC活動 ～できることから始めてみよう～	稲城市地域振興プラザ	100名	稲城市保健センター
奥多摩町	9月24日(木)	自殺予防普及啓発講演会 (テーマ 内容は調整中)	奥多摩文化会館	100	奥多摩町福祉保健課
大島町	8月26日(水) 13時30分～15時30分	住民向けゲートキーパー養成研修会 ～役割と対応について学ぼう～	大島町開発総合センター	一般住民 (100名程度)	福祉けんこう課けんこう係 04992-2-1471