

# 子どものSOSに 気付いていますか？

～子どものストレスサインの  
適切な受け止め方について～



令和4年の全国の小中高生の自殺者は、統計開始以降過去最多の514人となり、自殺リスクの高まりが懸念されています。

本講演会は、子どものSOSを受け止める側の大人への講座として開催し、子どもや若者の些細なSOSを見逃さず、受け止めていくための関わり方を学びます。

## 講師 柴田 恵津子 氏



(東京都西部学校経営支援センター  
シニア・スクールカウンセラー)

高山赤十字病院心療内科勤務後、平成10年度から江東区教育センター、東京都スクールカウンセラーを経て、令和元年度より東京都シニア・スクールカウンセラー。公認心理士、臨床心理士

**日時** 令和6年3月30日(土)

**時間** 午後2時～4時

**場所** 関戸公民館 大会議室

## 対象

市内在住・在勤・在学者で、  
・小学校から高校生の子どもの保護者  
・若年層の家族、児童、生徒、若年層の支援を行う支援者の方  
・メンタルケアに関わる方  
・心の健康に関心のある方

## 定員

約50人  
(応募者多数の場合は抽選)

**費用** 無料

**3月22日(金)まで**に、電話又は公式ホームページのインターネット手続きからお申込みください。

多摩市役所 福祉総務課 電話 042 (338) 6889 (直通)

【申し込み時に必要な内容】氏名(ふりがな)、電話番号、メールアドレス

(共催)子ども家庭支援センター、教育センター

インターネット  
手続きはこちら



# 3月は自殺対策強化月間です

多摩市では、自殺予防・防止の取り組みを行っています。

## 大切な方を自死(自殺)で亡くされた方へ

様々な思いを安心して語ることのできる場として、わかち合いの会を開催しています。

※月1回開催(日野市と共催)

【日時】

令和6年 2月25日(日曜日)14時～16時(会場 関戸公民館 第3学習室)

令和6年 3月24日(日曜日)14時～16時(会場 関戸公民館 第3学習室)



HPはこちら

参加費無料・申込不要です。上記日時に直接会場へお越しください。

## 市民向けゲートキーパー養成講座 | 動画配信中

ゲートキーパーとは、身近な人の自殺のサインに気づき、声をかけ、話を聴き、必要に応じて専門機関へつなぐ人を指します。特別な資格はいりません。どなたでも、その役割を担うことができます。全国の自殺者数が増加傾向にある中、誰もがその役割を担い、周囲を見守っていけるよう、ぜひご覧ください。私たち一人ひとりが「大切な誰か」のゲートキーパーとなって、かけがえのない命を守りましょう。

動画タイトル:悩んでいる人にどう気づき、どうかかわるか等

※3部構成(1部:5分～8分)

講師: NPO 法人 OVA 代表理事 伊藤 次郎 氏



動画はこちら



## こころの体温計 で、“こころの健康”をチェックしてみませんか？

健康状態や人間関係などの質問に答えると、現在の心の状態が金魚鉢のイラストでわかります。

※個人情報の入力は不要です。

<https://fishbowlindex.jp/tama/>



## 子どもと家庭の総合相談

子ども家庭支援センターでは、0歳から概ね18歳までの子どもと家庭に関するあらゆる相談に応じています。子育てに関する心配事などがありましたら、お気軽にご相談ください。

■子ども家庭支援センター

相談専用電話:042-355-3777

月～土曜(祝日・年末年始を除く)

午前9時～午後6時

## 学校に関することやトラブルに悩んだら

お子さんについて、不登校やいじめなど学校や友人との間で起こったお悩みやトラブル、家庭での対応など、広く相談を受け付けています。

■発達・教育初回相談窓口

電話 042-372-1038

月曜～土曜(祝日・年末年始を除く)

午前9時～午後5時(正午～午後1時除く)

■電話教育相談「子どもホットライン」

電話 042-372-2000

月曜～金曜(祝日・年末年始を除く)

午前10時～午後5時(正午～午後1時除く)

→お子さま自身も相談可能(匿名 OK)