**◆日　時　　平成２４年９月１０日（月） 　午後１時～午後４時３０分**

**我が国の自殺による死亡者数は、平成１０年に３万人を超え、その後も高い水準で推移しています。**

**山梨県においても、平成１０年から同様に高い水準で推移し、平成２３年の県内の自殺者数は２１２人であり、深刻な状況となっております。**

**本大会では、自殺を個人の問題ではなく、社会の問題と捉え、県民のみなさまと誰もが生きやすい社会・地域をつくるにはどうしたらよいのかを考えていきます。**

**◆会　場　　甲府市総合市民会館　芸術ホール（甲府市青沼３丁目５－４４）**

**◆テーマ　　「一人ひとりが自殺予防の主役」**

**◆内　容　 ○講　演**

**「こころのサインに気づく、つなげる：自殺予防の基礎知識」**

**講 師　高橋祥友氏（国立大学法人筑波大学医学医療系教授）**

**○映画上映**

**「希望のシグナル」－自殺防止最前線からの提言－**

**生きることを見つめていると、人と人とがつながっていく。**

**東北の小さな町には優しい未来がありました。**

**※当日は、手話通訳等を行います。**

**◆主　催　　山梨県**

**◆定　員　　500名　（先着順）**

**◆入場料　　無　料 お車でご来場の際は、なるべく乗り合わせでお越しください。**

**◆申込期限　　平成２４年９月６日（木）**

**申込・問合せ先　山梨県福祉保健部障害福祉課　心の健康担当**

**電話　055-223-1495　ＦＡＸ　055-223-1464**

**自殺予防推進大会参加申込書**

**FAXまたは郵送にて、申し込んでください。**

**※視覚に障害のある方は電話でも受け付けております。**

**FAX　０５５-２２３-１４６４　 ＴＥＬ ０５５-２２３-１４９５**

**郵送　〒４００-８５０１**

**甲府市丸の内一丁目６番１号**

**山梨県福祉保健部障害福祉課　心の健康担当　宛**

**申込期限　平成２４年９月６日（木）**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **お住まいの**  **市町村、**  **団体、所属名** | **氏名**  **（代表者氏名）** | **参加**  **人数** | **大会を知った媒体**  **（新聞、広報、回覧板など）** | **配慮してほしいこと（手話通訳等）があればご記入ください。** |
|  |  |  |  |  |

　　※車いすの方は別途スペースを用意しますので、配慮してほしいこと欄にご記入ください。

**一口メモ**

**最近こんなことはありませんか？**

C:\Documents and Settings\u-00099-09pn0815n\Local Settings\Temporary Internet Files\Content.IE5\AT69O9UL\MM900395701[1].gif

**■ 疲れているのに眠れない日が2週間以上続いている**

**□ 食欲がなく体重が減っている**

**■ 体がだるくて意欲がわかない**

**□ 集中力が低下している（考えがまとまらない）**

「うつ」かも・・・

◆　**睡眠**は、“心の疲れのバロメーター”といえます。

◆ 「うつ」は、**睡眠**や**食欲**など、生きていく基本をむしばむので、

気力や頑張りで克服するのは困難です。

眠れないことが続くときはかかりつけ医や専門機関にご相談ください

**～早い対策ほど早い回復につながります～**