



ひとりで悩まないで

～自殺予防週間における電話相談時間延長のお知らせ～



「自殺は、その多くが追い込まれた末の死」であり、自殺の背景には、失業、倒産、多重債務、過労、いじめや孤立などの社会的要因があると言われています。

こうしたなか、今後の生活に不安を感じ、生きづらさを感じられている方々に、ひとりで悩みを抱え込まずに、まずは相談してみてください。

鹿児島県精神保健福祉センターでは、9月10日の世界自殺予防デー、9月10日～9月16日の自殺予防週間にあわせて、下記の期間において、通常、午前9時～午後5時までの電話相談時間を午後7時まで延長し、相談に応じます。

心に悩みを持つ方や大切な人を自死で亡くされた方も御相談ください。

1. 目的：普段の開設時間に電話ができない勤労者など、こころの悩みを抱える方や自死遺族の方からの相談を広く受け付け、悩みの解決に向けてともに考え、必要に応じて適切な相談窓口を紹介することを目的としています。
2. 実施期間：令和8年9月10日(木)～11日(金)、14日(月)～16日(水)
3. 実施時間：午前9時～午後7時
4. 電話番号：099－218－4755
5. 対象：鹿児島県内にお住まいの方
6. その他：匿名での相談も可能です。相談内容の秘密は厳守します。

お問い合わせ先：鹿児島県精神保健福祉センター

電話 099－218－4755

FAX 099－228－9556