

令和5年度 自殺予防週間における長野県の取組み

県

事業名	内容	日時	場所		参加方法	問合せ先	備考
自殺対策強化月間 庁内展示	啓発用ポスター、リーフレット、パネルの展示	令和5年9月10日～令和5年9月16日	長野市	大字南長野幅下692-2		026-235-7109	

精神保健福祉センター

事業名	内容	日時	場所		参加方法	問合せ先	備考
身近な人を自死で亡くされた方へ～自死遺族の方々と地域の皆様へ伝えたいこと～動画配信	自死遺族の方々と地域の皆様へ伝えたいことをYouTubeで公開しています。	常時	長野市	下駒沢618-1		026-266-0280(長野県精神保健福祉センター)	
精神保健福祉相談	こころの健康に関する相談を受付けています。	平日8:30～17:15	長野市	下駒沢618-1		026-266-0280(長野県精神保健福祉センター)	
新型コロナウイルスに関連する電話相談	新型コロナウイルスの問題に起因し、「眠れない」「不安で落ち着かない」など気分がすぐれない方からの心の健康に関する相談をお受けします。	平日8:30～17:15	長野市	下駒沢618-1		026-266-0281(長野県精神保健福祉センター)	
自死遺族交流会(あすなろの会)	自死遺族の交流会を実施しています。	原則毎月第2土曜日13:30～15:30	長野市	交流会がクローズのため非公表	初めて参加される場合は、事前に電話でお申し込みください。	026-266-0282(長野県精神保健福祉センター)	
自死遺族メッセージ	自死遺族の方に寄せていただいたメッセージをホームページに公開しています。	常時	長野市	下駒沢618-1		026-266-0283(長野県精神保健福祉センター)	
県民向けゲートキーパー研修	県民の方向けのゲートキーパー研修動画(基礎編・ステップアップ編)をYoutubeで公開しています。	常時	長野市	下駒沢618-1		026-266-0284(長野県精神保健福祉センター)	

佐久保健福祉事務所

事業名	内容	日時	場所		参加方法	問合せ先	備考
街頭啓発	街頭で啓発用グッズの配布等	令和5年9月〇日(予定)	佐久市	(場所未定)		0267-63-3164	
自殺予防啓発コーナー	ポスター、リーフレット、啓発グッズ等の設置	令和5年9月10日～令和5年9月16日	佐久市	跡部65-1 佐久合同庁舎内		0267-63-3164	
くらしと健康の相談会	弁護士による法律相談、保健師による健康相談を実施	令和5年9月の毎週火曜日	佐久市	跡部65-1 佐久合同庁舎内	事前にお電話でご予約ください。	0267-63-3164	
精神保健福祉相談	精神科医師による相談	佐久会場年6回、小諸会場毎月	佐久市	佐久会場:佐久合同庁舎 佐久市跡部65-1 小諸会場:東信教育事務所 小諸市与良町6-5-5	事前にお電話でご予約ください。	0267-63-3164	
思春期精神保健相談	児童精神科医による相談	随時	佐久市	跡部65-1 佐久合同庁舎内	事前にお電話でご予約ください。	0267-63-3164	
自死遺族交流会	家族を自死で亡くされた方々の交流会	年5回(5、7、9、11、2月)	佐久市	跡部65-1 佐久合同庁舎内	事前にお電話でご予約ください。	0267-63-3164	
有線放送	自殺予防についての啓発	令和5年9月中	佐久市			0267-63-3164	

上田保健福祉事務所

事業名	内容	日時	場所		参加方法	問合せ先	備考
-----	----	----	----	--	------	------	----

街頭啓発	街頭で啓発用グッズの配布等	令和5年9月(予定)	上田市	未定(街頭啓発を実施する場所)		0268-25-7149(上田保健福祉事務所健康づくり支援課)	
自殺予防啓発コーナー	ポスター、リーフレット、啓発グッズ等の設置	令和5年9月10日～令和5年9月16日	上田市	材木町1-2-6		0268-25-7149(上田保健福祉事務所健康づくり支援課)	
くらしと健康の相談会	弁護士による法律相談、保健師による健康相談を実施	令和5年9月の毎週金曜日	上田市	材木町1-2-6	事前にお電話でお申し込みください。	0268-25-7150(上田保健福祉事務所健康づくり支援課)	
精神保健相談	こころの悩み等について精神科医師が相談に応じます。	通年偶数月 第1火曜日14:30～16:10、 第3火曜日14:00～16:00、奇数月第2ま たは第3木曜日14:30～16:10	上田市	材木町1-2-6	事前にお電話でお申し込みください。	0268-25-7151(上田保健福祉事務所健康づくり支援課)	
自死遺族交流会(あすなろの会)	家族を自死で亡くされた方々の交流会	令和5年10月19日(木)、令和6年1月18 日(木)いずれも13:30～15:30	上田市		事前にお電話でお申し込みください。	0268-25-7152(上田保健福祉事務所健康づくり支援課)	

諏訪保健福祉事務所

事業名	内容	日時	場所		参加方法	問合せ先	備考
くらしと健康の相談会(法律相談&健康相談)	くらしと健康の相談会(法律相談&健康相談)を行います。	令和5年9月、12月、令和6年3月 毎週木曜日10:00～15:00	諏訪市	上川1丁目1644-10 長野県諏訪合同庁舎2階	0266-57-2927	事前に電話でご予約ください。	
こころの健康相談	こころの悩み等について精神科医師が相談に応じます。	偶数月 原則第1火曜日14:00～16:00 奇数月 原則第1金曜日14:00～16:00	諏訪市	上川1丁目1644-10 長野県諏訪合同庁舎2階	0266-57-2927	事前に電話でご予約ください。	
思春期相談	思春期のこころの悩み等について精神科医師が相談に応じます。	毎月 原則第4金曜日14:00～16:00	諏訪市	上川1丁目1644-10 長野県諏訪合同庁舎2階	0266-57-2927	事前に電話でご予約ください。	
街頭啓発	街頭で啓発用グッズの配布等	9/8(金) 7:30～8:30	諏訪市	諏訪1丁目1 JR上諏訪駅	0266-57-2927	-	

伊那保健福祉事務所

事業名	内容	日時	場所		参加方法	問合せ先	備考
街頭啓発	街頭で啓発用グッズの配布等	未定(週間中に実施)	伊那市	未定		伊那保健福祉事務所 健康づくり支援課 (直通) 0265-76-6837	
自殺予防啓発コーナー	ポスター、リーフレット、啓発グッズ等の設置	令和5年9月11日～令和5年9月15日	伊那市	荒井3497 長野県伊那保健福祉事務所		伊那保健福祉事務所 健康づくり支援課 (直通) 0265-76-6837	
くらしと健康の相談会	弁護士による法律相談、保健師による健康相談を実施	令和5年6月、9月、12月、令和6年3月の毎週水曜日	伊那市	荒井3497 長野県伊那保健福祉事務所	相談希望日の前週金曜日正午までにお電話でお申し込みください。(定員になり次第締切)	伊那保健福祉事務所 健康づくり支援課 (直通) 0265-76-6838	
精神保健相談	こころの悩み等について精神科医師が相談に応じます。	毎月第3金曜日14:00～17:00	伊那市	荒井3497 長野県伊那保健福祉事務所	相談希望日の2日前の正午までにお電話でお申し込みください。(定員になり次第締切)	伊那保健福祉事務所 健康づくり支援課 (直通) 0265-76-6839	
自死遺族交流会(あすなろの会)	家族を自死で亡くされた方々の交流会	年4回(5月、8月、11月、2月)	伊那市	クローズの为非公表	事前にお電話でお問い合わせください。	伊那保健福祉事務所 健康づくり支援課 (直通) 0265-76-6840	

飯田保健福祉事務所

事業名	内容	日時	場所		参加方法	問合せ先	備考
街頭啓発	街頭で啓発用グッズの配布等	令和5年9月8日	高森町	山吹4515番地 MEGAドン・キホーテUNY 高森店		電話0265-53-0444	
自殺予防啓発コーナー	ポスター、リーフレット、啓発グッズ等の設置	令和5年9月10日～令和5年9月16日	飯田市	長野県飯田市追手町2-678 飯田合同庁舎玄関ホール		電話0265-53-0444	
くらしと健康の相談会	弁護士による法律相談及び保健師による健康相談を実施	令和5年9月の毎週木曜日	飯田市	長野県飯田市追手町2-678 飯田保健福祉事務所	相談日の2日前の午後5時までに電話にてお申し込みください。(要予約)	電話0265-53-0444	相談には保健師が同席します。また、電話予約の際に相談内容について事前に聞き取りを行います。相談内容によっては、お受けできない場合があります。
思春期精神保健福祉相談	思春期や青年期を中心としたメンタルヘルスに関する相談に、精神科医、保健師が対応します。相談担当医の指示により、心理相談もあわせて実施します。	奇数月第2火曜日9:00～12:00(医師の都合により日程を変更することがあります)	飯田市	長野県飯田市追手町2-678 飯田保健福祉事務所	相談日の2日前の午後5時までに電話にてお申し込みください。(要予約)	電話0265-53-0444	相談には保健師が同席します。また、電話予約の際に相談内容について事前に聞き取りを行います。相談内容によっては、お受けできない場合があります。

精神保健福祉相談	メンタルヘルスに関する相談に、精神科医、保健師が対応します	毎月第3木曜日10:00～12:00(医師の都合により日程を変更することがあります)	飯田市	長野県飯田市追手町2-678 飯田保健福祉事務所	相談日の2日前の午後5時までに電話にてお申込みください。(要予約)	電話0265-53-0444	相談には保健師が同席します。また、電話予約の際に相談内容について事前に聞き取りを行います。相談内容によっては、お受けできない場合もあります。
保健師による健康相談	保健師がこころや身体の相談に対応します	開所日随時	飯田市	長野県飯田市追手町2-678 飯田保健福祉事務所		電話0265-53-0444	

木曾保健福祉事務所

事業名	内容	日時	場所		参加方法	問合せ先	備考
街頭啓発	街頭で啓発用グッズの配布等	令和5年9月(予定)	木曾町	未定		木曾保健福祉事務所 健康づくり支援課 0264-25-2233	
自殺予防啓発コーナー	ポスター、リーフレット、啓発グッズ等の設置	令和5年9月10日～令和5年9月16日	木曾町	福島2757-1		木曾保健福祉事務所 健康づくり支援課 0264-25-2233	
くらしと健康の相談会	弁護士による法律相談、保健師による健康相談を実施	令和5年6月、9月、12月、令和6年3月の毎週(水)(祝日除く)	木曾町	福島2757-1	事前に電話でご予約下さい。	木曾保健福祉事務所 健康づくり支援課 0264-25-2233	来庁していただき、オンラインによる相談の日があります。
精神保健福祉相談・思春期相談	精神科医によるこころの健康に関する相談	毎月第3(木)、女性医師による相談年4回	木曾町	福島2757-1	事前に電話でご予約下さい。	木曾保健福祉事務所 健康づくり支援課 0264-25-2234	来庁していただき、オンラインによる相談の日があります。

松本保健福祉事務所

事業名	内容	日時	場所		参加方法	問合せ先	備考
街頭啓発	街頭で啓発用グッズの配布等	令和5年9月(予定)	松本市	未定		0263-40-1938(松本保健福祉事務所健康づくり支援課)	
自殺予防啓発コーナー	ポスター、リーフレット、啓発グッズ等の設置	令和5年9月10日～令和5年9月16日	松本市	大字島立1020松本合同庁舎		0263-40-1938(松本保健福祉事務所健康づくり支援課)	
くらしと健康の相談会	弁護士による法律相談、保健師による健康相談を実施	令和5年9月の毎週水曜日	松本市	大字島立1020松本合同庁舎	事前にお電話でご予約ください。	0263-40-1938(松本保健福祉事務所健康づくり支援課)	
思春期精神保健相談	精神科医の相談	毎月第2～4木曜日午後	松本市	大字島立1020松本合同庁舎	事前にお電話でご予約ください。	0263-40-1938(松本保健福祉事務所健康づくり支援課)	
精神保健相談	精神科医の相談	毎週月曜日(第5週は除く)、第1木曜日午後	松本市	大字島立1020松本合同庁舎	事前にお電話でご予約ください。	0263-40-1938(松本保健福祉事務所健康づくり支援課)	
自死遺族交流会(あすなろの会)	家族を自死で亡くされた方々の交流会	令和5年6月、9月、12月、3月の第1土曜日13:30～15:30	松本市		事前にお電話でご相談ください。	0263-40-1938(松本保健福祉事務所健康づくり支援課)	

大町保健福祉事務所

事業名	内容	日時	場所		参加方法	問合せ先	備考
くらしと健康の相談会	弁護士による法律相談、保健師による健康相談を実施	令和5年9月の毎週金曜日	大町市	大町1058-2	事前にお電話でご予約ください。	0261-23-6529(健康づくり支援課)	
精神保健福祉相談	精神科医師による医療相談、保健師による健康相談	毎月第3木曜日 14:00～16:00	大町市	大町1058-2	事前にお電話でご予約ください。	0261-23-6529(健康づくり支援課)	

長野保健福祉事務所

事業名	内容	日時	場所		参加方法	問合せ先	備考
街頭啓発	街頭で啓発用グッズの配布等	令和5年9月〇日(予定)	長野市	長野駅(予定)		電話相談:026-225-9039(長野保健福祉事務所健康づくり支援課保健衛生第一係保健師)	

自殺予防啓発コーナー	ポスター、リーフレット、啓発グッズ等の設置	令和5年9月10日～令和5年9月16日	長野市	中御所岡田98-1 長野保健福祉事務所		電話相談：026-225-9039(長野保健福祉事務所健康づくり支援課保健衛生第一係保健師)	
くらしと健康の相談会	弁護士による法律相談、保健師による健康相談を実施	令和5年9月の毎週火曜日	長野市	中御所岡田98-1 長野保健福祉事務所	事前にお電話でお申し込みください。	電話相談：026-225-9039(長野保健福祉事務所健康づくり支援課保健衛生第一係保健師)	
精神保健相談・思春期の相談(長野会場)	こころの悩み等について、精神科医が相談に応じています。	毎月第3水曜日と第3金曜日の13:30～14:30、14:30～15:30の2枠。※祝日除く	長野市	中御所岡田98-1 長野保健福祉事務所	事前にお電話でお申し込みください。	電話相談：026-225-9039(長野保健福祉事務所健康づくり支援課保健衛生第一係保健師)	
精神保健相談・思春期の相談(須坂会場)	こころの悩み等について、精神科医が相談に応じています。	・偶数月第3木曜日の15:30～16:30、16:30～17:30の2枠。	長野市	中御所岡田98-1 長野保健福祉事務所	事前にお電話でお申し込みください。	電話相談：026-225-9039(長野保健福祉事務所健康づくり支援課保健衛生第一係保健師)	
精神保健相談・思春期の相談(千曲会場)	こころの悩み等について、精神科医が相談に応じています。	・奇数月第4金曜日の15:00～16:00、16:00～17:00の2枠。	長野市	中御所岡田98-1 長野保健福祉事務所	事前にお電話でお申し込みください。	電話相談：026-225-9039(長野保健福祉事務所健康づくり支援課保健衛生第一係保健師)	

北信保健福祉事務所

事業名	内容	日時	場所		参加方法	問合せ先	備考
街頭啓発	街頭で啓発用グッズの配布等	令和5年9月 未定	飯山市及び中野市	未定	お近くにお越しの際はぜひお立ち寄りください。	0269-62-6311(北信保健福祉事務所 健康づくり支援課)	雨天延期または中止
自殺予防啓発コーナー	ポスター、リーフレット、啓発グッズ等の設置	令和5年9月10日～令和5年9月16日	飯山市	大字静間1340-1 長野県飯山庁舎	お近くにお越しの際はぜひお立ち寄りください。	0269-62-6311(北信保健福祉事務所 健康づくり支援課)	
くらしと健康の相談会	失業・倒産・多重債務・家庭問題等について弁護士による相談及び保健師による健康相談を行います。	9月、12月、3月の毎週木曜日14:00～16:00	飯山市	大字静間1340-1 長野県飯山庁舎	事前にお電話等でお申し込みください。	0269-62-6104(北信保健福祉事務所 健康づくり支援課)	
思春期精神保健福祉相談	思春期や青年期を中心としたメンタルヘルスに関する相談に、精神科医、保健師が対応します。相談担当医の指示により、心理相談もあわせて実施します。	毎月第2月曜日13:30～16:00	飯山市	大字静間1340-1 長野県飯山庁舎	事前にお電話等でお申し込みください。	0269-62-6104(北信保健福祉事務所 健康づくり支援課)	
精神保健福祉相談	メンタルヘルスに関する相談に、精神科医師、保健師が対応します。	毎月第4水曜日13:30～15:30	飯山市	大字静間1340-1 長野県飯山庁舎	事前にお電話等でお申し込みください。	0269-62-6104(北信保健福祉事務所 健康づくり支援課)	
保健師による健康相談	保健師による健康相談です。	平日8:30～17:15	飯山市	大字静間1340-1 長野県飯山庁舎	事前にお電話等でお申し込みください。	0269-62-6104(北信保健福祉事務所 健康づくり支援課)	
ゲートキーパー関連研修(出前講座)	希望する団体等に対し、メンタルヘルス、ゲートキーパーに関する出前講座を実施します。	随時	飯山市	大字静間1340-1 長野県飯山庁舎	事前にお電話等でお申し込みください。	0269-62-6104(北信保健福祉事務所 健康づくり支援課)	