



いわさき明子の  
市民のめ



新聞 No.21

発行: 市民ネットワーク5はわかば事務所 043-284-2339

千葉市若葉区都賀の台 4-5-15 (ラーメン海空土そば)

## \*\* 大切な命。ひとりで悩まないで... \*\*

☆全国で、年間約3万人の方が自ら命を絶っていることをご存知ですか。千葉市でも H21 年度で 160 人が亡くなっています。下記のグラフ(千葉市ホームページより)を見ると、10代から高齢者まで様々な年代の方がいることがわかります。

命を絶つ当人には様々な背景があったと思いますが、残された家族や友人は、周りで何かできる事がなかったのかと長い間悔やむことになります。

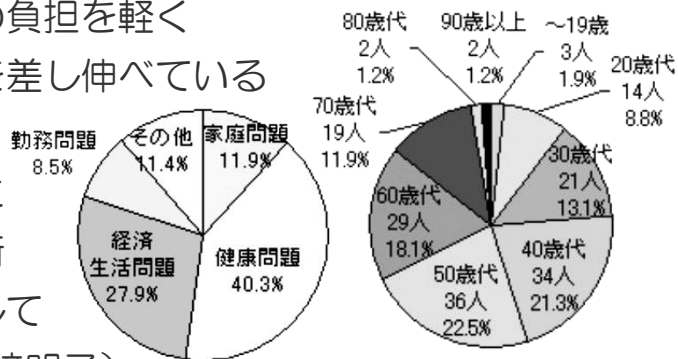
千葉市には

- ・「こころと命の相談室」(Tel 216-3618)
- ・「こころの電話」(Tel 204-1583)
- ・「千葉市いのちの電話(24時間対応)」(Tel 227-3900)

などの相談窓口があります。また、「こころの健康チェック表」などがホームページに掲載されています。どうか一人で悩まないで。あなたの心の負担を軽く

できるように、手を差し伸べている人は必ずいます。

千葉市が命を大切に、自殺者ゼロの街になるように活動していきたいです。(岩崎明子)



(自死の原因)

(年代別)