

# あなたが気づくことで、 救われる「いのち」があります。

日本では昨年1年間で32、845人が  
自殺で亡くなっています。

交通事故死の6倍以上にあたり、  
12年連続で3万人を超えました。

特に自殺者が多いのは40～60歳代の男性で、  
健康問題、経済・生活問題、家庭問題など、

いろんな悩みによって心のバランスをくずし、  
誰にも相談できないまま追いつめられて、

自らの生命を絶っているのです。

自殺の直前は多くの人が

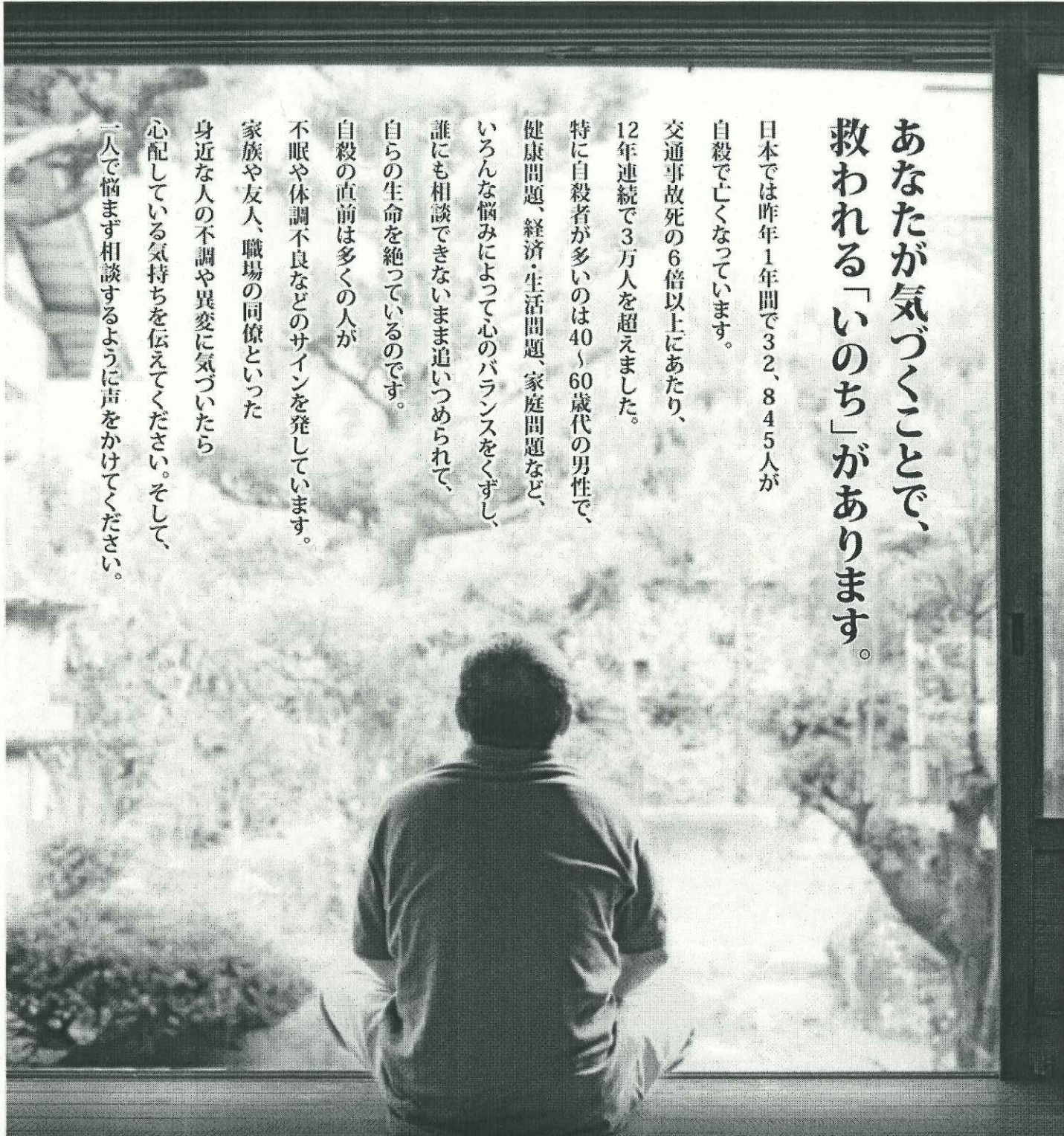
不眠や体調不良などのサインを発しています。

家族や友人、職場の同僚といった

身近な人の不調や異変に気づいたら

心配している気持ちを伝えてください。そして、

一人で悩まず相談するように声をかけてください。



こんなサインに気づいたら、自殺の危険がせまっている可能性があります。早期にご相談ください。

- |  |   |  |
|--|---|--|
| <input type="checkbox"/> うつ病の症状に気をつける。(気分が沈む、自分を責める、 | <input type="checkbox"/> 安全や健康が保てない。                    | <input type="checkbox"/> 重症の身体の病気になる。                      |
| 仕事の能率が落ちる、決断できない、不眠が続くなど)                            | <input type="checkbox"/> 職場や家庭でサポートが得られない。              | <input type="checkbox"/> 自殺を口にする。                          |
| <input type="checkbox"/> 原因不明の身体の不調が続く。              | <input type="checkbox"/> 仕事の負担が急に増える。大きな失敗をする。職を失う。     | <input type="checkbox"/> 自殺未遂におよぶ。                         |
| <input type="checkbox"/> 酒量が増す。                      | <input type="checkbox"/> 本人にとって価値あるもの(職、地位、家族、財産など)を失う。 | <input type="checkbox"/> 自殺予防の10か条(厚生労働省編 職場における自殺の予ご対策より) |

京都府自殺ストップ  
センター(フリーダイヤル)

0120-556-097  
(月曜～金曜 9時～20時)

京都いのちの電話

075-864-4343  
(年中無休・24時間)

自殺予防いのちの電話(フリーダイヤル)

0120-738-556 (毎月10日 8時～翌日8時)

京都市内にお住まいの方(京都市こころの健康増進センター)

こころの相談電話 075-314-0874  
(月曜～金曜 9～12時、13時～16時)

「きょうこころ ほっとでんわ」  
自死遺族・自殺予防  
こころの相談電話

075-321-5560  
(毎週火曜 9時～12時、毎週木曜 13時～16時)

問い合わせ先

京都府健康福祉部障害者支援課  
京都府府民生活部人権啓発推進室

[TEL] 075-414-4732 [FAX] 075-414-4597 [ホームページ] <http://www.pref.kyoto.jp/health/jisatsutaisaku/jisatsutaisaku01.html>  
[ホームページ] <http://www.pref.kyoto.jp/jinken/>



# ハートフルフェスタ in あやべ

綾部市制施行60周年記念「人権啓発フェスティバル」

みんなで築こう  
いのち輝く 人権の世紀を

考えよう 相手の気持ち 育てよう 思いやりの心

入場無料

開催日時  
平成22年

8月7日 土 13:00~15:45 (開場 12:30/閉場 16:30) • 8日 日 10:30~15:10 (開場 10:00/閉場 16:00)

会場

綾部市I・Tビル / 綾部市西町一丁目49番地の1

犯罪被害者シンポジウム：  
地域で被害者を支えるために

8月7日 土 13:00~15:45

講師：  
武るり子さん  
(少年犯罪被害  
当事者の会代表)



講演会：心の扉を開けて  
～一人ひとりの輝きを見失わないで～

8月8日 日 13:00~15:10

講師：千葉 紘子さん  
(歌手、保護司、篤志面接委員)



多目的スペース

人権啓発資料展

人権啓発DVD上映

NPO法人等活動紹介ブース

体験コーナー

相談コーナー

犯罪被害者相談 (※8月7日国のみ) ※要予約

人権なんでも相談 (※8月8日回のみ)

ご来場いただいた方に  
花の種プレゼント

ハートフルフェスタ  
inあやべのケータイ  
サイトはコチラ!▼



<http://ad.baitabu.com/ayabe/>

イベント詳細情報を  
twitterで発信!!  
@ayabe2010  
をフォローしてね!

## それいけ!アンパンマンショー

「どんぶりまんトリオとデリシャス姫」

8月8日 日

10:30~11:00

観覧無料

アンパンマンとの記念撮影あり 11:00~11:30 ※カメラを持参ください



©やなせたかし/フレーベル館・TMS・NTV

会場の都合により人数制限を行う場合がありますので、あらかじめご了承ください。

主催：京都人権啓発推進会議、京都人権啓発活動ネットワーク協議会、丹後・中丹人権啓発活動地域ネットワーク協議会、京都地方務局福知山支局、福知山人権擁護委員協議会、京都府、綾部市 共催：(社)京都犯罪被害者支援センター/後援：京都新聞社、あやべ市民新聞

裏面の詳細も  
ご覧ください。



# HUMAN LIVE KYOTO 2010

8月2日  
京都駅を若者がジャックする



スペシャルゲスト

川嶋あい

8.2 MON.  
京都駅ビル

ステージ / 15:30 ~ 19:00

@室町小路広場

ブース / 11:00 ~ 17:00

@中央コンコース前広場

入場無料!



森源太



Chicago Poodle



おかん

## 開催内容

HUMAN LIVE KYOTO 2010

検索

- ★アーティストによるライブ&トーク
- ★目標 10 万個! エコキャッププロジェクト  
キャップを集めて 125 人の子どもたちの命を救おう!
- ★twitter . mixi 連動企画!  
あなたのつぶやきがアーティストに届くかも!?
- ★3000 人ハイタッチ企画@駅ビル  
当日参加者でハイタッチ!
- ★想いよ届け!! あなたに伝える 3 行レター  
1000 人 × 3 行の想い集めます!!
- ★出演アーティストによる大抽選会 等

HUMAN LIVE  
KYOTO 2010

※雨天の場合はステージが劇場前広場に変更になります。

主催：京都府人権啓発学生サポーター，京都人権啓発推進会議，京都府