

9月10日は 世界自殺 予防デー

毎年9月10日は、WHO
世界保健機関が定めた世界
自殺予防デーです。日本でも
9月10日からの1週間を
自殺予防週間としています。
自殺を考える人は、命を粗
末にする自己中心的な人では
ありません。心理的、身
体的、社会的、経済的に追
い詰められた末の死です。
つまり自殺は避けるべき
死であり、避けられる死な
のです。

自殺のサインを見つけよう

「死にたい」「消えたい」
「遠くに行きたい」といつ
た言葉のほか、乱暴な運転、
暴飲暴食、無断欠勤、急激
な体重減少、暴言、不眠な
どがサインとなります。

さまざまな悩みを抱えて
お困りのときは、一人で悩
まずに、ぜひ一度ご相談く
ださい。また、周りの人で
思い当たる人がいれば、相
談するよう促しましょう。

こころの健康相談

医師や専門の相談員などが無料で相談に応じます。
◎府中市こころの相談

とき 9月1日(木)・8日(木)・15日(木)・

29日(木) 13時30分～15時30分

※前日までに予約が必要。

ところ リ・フレ

申し込み・問い合わせ先 健康医療課元気づ

くり係(リ・フレ内) ☎47-1310)

◎不眠相談

とき 9月13日(火) 13時～15時

※前日までに予約が必要。

ところ 広島県福山庁舎

申し込み・問い合わせ先 広島県東部保健所

福山支所保健課(☎084-921-1311)

電話相談

▷広島いのちの電話

☎082-221-4343 (年中無休)

▷よりそいホットライン

☎0120-279-338 (年中無休)

▷自殺予防いのちの電話

☎0120-783-556

(毎月10日に、8時から24時間相談を受け付けます。)

府中市生涯学習センター (TAM) 主催講座 受講生を募集

問い合わせ先 教育委員会生涯学習課
(☎43-7181)

対象 市内在住・在勤・在学の16歳以上の人

※未成年者は保護者の同意が必要。

申し込み方法 生涯学習センター、上下公民館、教育センターにある申込書で
申し込んでください。

申し込み期限 9月15日(木)



	内容	とき	回数	受講料	定員
パソコン初級講座	パソコンの基本的な仕組みやワードの文字入力の仕方を学べます。	10月～平成29年3月(月2回) 第1・2土曜日10:00～11:30	12回	7,000円	10人
お家でベーカリー！パン講座	楽しく美味しく！自宅でもできるパン作りにチャレンジ！	10月～平成29年3月(月1回) 第3金曜日13:00～16:00	6回	3,000円	10人
楽しく撮ろう！一眼カメラ講座	デジタル一眼レフカメラを使って写真の基本を学び、講座終了後写真展を開きます。	10月～平成29年3月(月1回) 第1金曜日19:30～21:00	6回	3,000円	10人

※別途テキスト代や材料代などが必要です。定員を超える申し込みがあった場合は抽選し、後日通知します。講座の日程は、変更になる場合があります。