

# あなたも誰かの ゲートキーパー

気づき

声かけ

傾聴

専門家につなぐ



## ゲートキーパーとは

特別な資格ではありません。問題を抱え悩んでいた、つらい気持ちの人の身近な支えになる人のことです。

電話相談

東京多摩いのちの電話

# 042-327-4343

受付時間 10:00~21:00 年中無休  
(毎月第3金曜日と翌日の土曜日 24時間)

発行：町田市保健所健康推進課

「悩み」の相談先一覧

町田市の自殺対策



デザイン：町田デザイン&建築専門学校 菅原肇乃

2022年7月