

健康 ト〜ク

今回のテーマ

あなたも誰かのゲートキーパー！※1



健太

健太：なんだか最近、友達の健子さんの元気がない気がするんだ。



保健師ヘルシー：それは心配ですね。そんな時はぜひ声をかけてあげてください。

健太：う〜ん、なんと声をかけていいかわからなくて…。

保健師ヘルシー：気負わなくても大丈夫ですよ。「最近元気ないね。どうしたの?」と健子さんの話を聴いてあげてください。

健太：それならできそうだ！

保健師ヘルシー：まずは変化に気づき、話を聴いてあげることが大切です！話を聴いてもらうことで気持ちが楽になる人もいます。また、必要なときに必要な支援につ

なげることも大切です。

健太：必要な支援？

保健師ヘルシー：例えば、気軽に相談できる場所があることを伝えてみてはどうですか？「まもろうよ ころろ(厚生労働省HP)」※2では電話やSNS等で相談できます。

健太：そんな方法があるんだね。

保健師ヘルシー：健太さんはまさに「ゲートキーパー」です。ゲートキーパーは身近な人の変化に気づき、声をかけ、話を聴き、必要な支援につなげ、見守る人のことです。健子さんにとって、心配して

くれている人がいることはとても心強いことだと思います。

健太：そうだね。声をかけて健子さんの話に耳を傾けてみるよ。

保健師ヘルシー：春は出会いと別れの季節。新しい生活に不安を抱えている人もいるかもしれませんね。周りで元気のない人を見かけたとき、声をかけるところから始められると良いですね。

本市では内容によって様々な相談窓口を設けています



保健師ヘルシー



※1ゲートキーパー



※2まもろうよ ころろ



市相談窓口

第48回

安城桜まつり

時 3月14日(金)〜4月8日(火)

場 安城公園、城山公園、日の出公園、きどはし公園

問▶安城市観光協会(商工課内/☎71)2235)



写生コンテスト

期間中に描いた市内の桜の絵を募集します。

対 令和7年度に小学1〜6年生になる児童

他 賞➡最優秀賞各学年1人、優秀賞各学年7人
※応募者全員に参加賞(デンパーク入園券)を進呈。

申 4月8日(火)までに作品を持って商工課又は各地区公民館へ

※専用画用紙は同課・各地区公民館で配布。

※申込みは1人1作品まで。

※詳細は安城市観光協会HP参照。



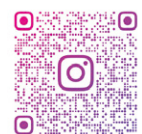
あんじょうのさくら2025 キャンペーン

期間中に撮影した市内の桜の写真をInstagramで投稿してください。

他 抽選で3人に「デンパークソーセージ作り体験チケット」を進呈

申 4月8日(火)までに安城市観光協会公式Instagramアカウント「@anjo_kanko_kyokai」をフォローの上、「#あんじょうのさくら2025」と「#(撮影した場所)」を付けて投稿

※詳細は安城市観光協会HP(左記QRコード)参照。



安城市観光協会
公式Instagram