

# 9月は九都県市自殺対策強化月間です

首都圏の住民は、通勤・通学等のため都県市を越えて活動していることから、九都県市共同で広域的な自殺対策に取り組んでいます。



チーバくん

## 「気づいてください！ 体と心の限界サイン」

千葉県では、自殺予防週間（9月10日～16日）の期間中、心を落ち着かせる効果があるとされる**ブルー**で県内の施設をライトアップします。この機会に、ご自身の心の健康について考えてみませんか。

つらいと感じたときは... 相談員が寄り添います

相談実施時間等は右の二次元コードで紹介しています。



○ライトアップ実施施設

※ 消灯時間は施設によって異なります

①千葉県庁（千葉市）

⑤佐倉ふるさと広場 オランダ風車リーフテ（佐倉市）

②千葉ポートタワー（千葉市）

⑥銚子ポートタワー（銚子市）

③千葉都市モノレール セントラルアーチ（千葉市）

⑦館山城（館山市）

④海浜幕張駅南口駅前広場シェルター（千葉市）

⑧木更津かんらんしゃパークキサラビア（木更津市）



千葉県