

「知りたい！自殺予防」

健やか生活応援コーナーでは、話題のテーマや季節に合わせてミニ展示を行っています。

第31回のテーマは、「自殺予防」です。

年間で最も自殺者が多い月であることから、自殺対策基本法により、3月は「自殺対策強化月間」とされています。家族や同僚など身近な人の様子がおかしい時や、自分の心が折れそうな時、命を守るためにどうすればいいのでしょうか。

そこで今回は、自殺予防について知るための本50冊を集めた展示を行います。



期間：令和2年3月17日（火）～5月17日（日）

自殺について知る

- ・『自傷・自殺のことがわかる本 自分を傷つけない生き方のレッスン, イラスト版』

松本俊彦／監修 講談社 (2018.2)

請求記号：4937／M114／2

資料番号：1109927150

- ・『身近な人がうつかなと思ったら読む本』 和田秀樹／著 小学館 (2016.4)

請求記号：4937／W14／6

資料番号：1109485852

- ・『うつ病・新型うつ病の人との接し方を間違えない本』 渡部芳徳／著 主婦の友インフォス情報社 (2015.6)

請求記号：4937／W24／4

資料番号：1109147841

職場で予防

- ・『働く人のこころのケア・ガイドブック 会社を休むときのQ&A』 福田真也／著 金剛出版 (2019.11)

請求記号：4988／F7

資料番号：1110264213

- ・『会社や仕事につぶされない働き方・休み方 過労死にならないためにできること』

茅嶋康太郎／著 すばる舎 (2018.1)

請求記号：4988／K30

資料番号：1109916377