

# 9月は九都県市自殺予防強化月間です

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。

## 「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

- ・千葉ポートタワー（千葉市）
- ・千葉都市モノレール セントラルアーチ（千葉市）
- ・銚子ポートタワー（銚子市）
- ・木更津かんらんしゃパーク キサラピア（木更津市）
- ・館山城（館山市）
- ・佐倉市ふるさと広場 オランダ風車リーフデ（佐倉市）



チーバくん



◆セントラルアーチ



◆キサラピア



◆銚子ポートタワー



◆館山城



◆千葉ポートタワー



◆オランダ風車リーフデ

千葉県