

報道機関各位

長岡市福祉保健部健康増進課長



## ～働く人のいのちを守る～あなた・家族・職場でできること～ こころの健康づくり講演会を開催

長岡市の過去10年間（平成27年～令和6年）の自殺死亡率<sup>※1</sup>は、国、県をほぼ上回る数値で推移しており、深刻な状態です。特に、40～60歳代の働き盛り世代の男性が多く、10年間で206人もの尊い命が失われています（下図参照）。

今年度のこころの健康づくり講演会では、ご主人を自死で亡くされた南部さんよりご自身の経験から伝えたいこととお話いただくほか、シンポジウムでは、自殺に追い込まれることのない職場の環境づくりやメンタルヘルスのあり方を専門家が意見交換します。

つきましては、下記のとおり概要をお知らせしますので、ぜひ周知にご協力いただくとともに、取材くださるようお願いいたします。

### こころの健康づくり講演会

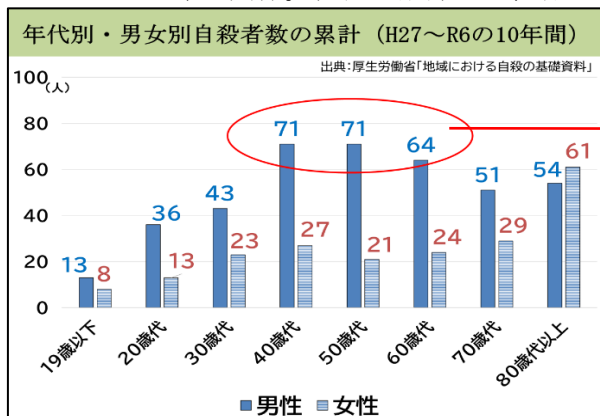
- 1 日時 11月11日（火）午後2時～4時（受付は午後1時30分から）
- 2 会場 長岡リリックホール シアター（長岡市千秋3丁目1356番地6）
- 3 講演 「自死で家族を亡くした経験から伝えたいこと」  
＜講師＞自死遺族のつどい ゆったりカフェ龍の会<sup>※2</sup>  
代表 南部 節子氏
- 4 シンポジウム 「こころのSOSを見つける～働く人のメンタルヘルス」
- 5 定員 450人（先着）
- 6 申込 11月7日（金）までに健康増進課へ電話または専用フォームから  
専用フォーム <https://logoform.jp/form/P5EF/1207907>



その他、詳しくは別紙チラシをご覧ください。

※1 「自殺死亡率」人口10万人当たりの自殺者数

※2 「自死遺族のつどい ゆったりカフェ龍の会」茨城県龍ヶ崎市内で、2017年に活動を開始した民間のボランティア団体。代表の南部氏は、各地で体験を通じての講演、研修を行っている。



働き盛り世代男性  
206人

問い合わせ：健康増進課 五百川  
TEL 0258-39-7508

令和7年度

こころの健康づくり講演会



長岡市こころの健康づくり  
マスコットキャラクター「ほどりちゃん」

# 働く人の いのちを守る

～あなた・家族・職場でできること～

日時

令和7年11月11日(火)

午後2時から午後4時まで(受付午後1時30分から)

会場

長岡リリックホール シアター

(長岡市千秋3丁目1356番地6)

定員

450名

## ① 講演

「自死で家族を亡くした  
経験から伝えたいこと」

自死遺族のつどい  
ゆったりカフェ龍の会代表

南部 節子 氏



## ② シンポジウム

「こころのSOSを  
見つける～働く人の  
メンタルヘルス」

座長：三島病院 田中 晋 先生

登壇者：青森県立保健大学 反町吉秀 先生

自死遺族のつどい  
ゆったりカフェ龍の会代表 南部節子 氏

長岡労働基準監督署 久川禎之 署長

## 申込期間・方法

11月7日(金)まで

① 健康増進課へ電話(☎39-7508)

② QRコード(LoGo フォーム)



お問い合わせ先：長岡市福祉保健部健康増進課(長岡市幸町2-1-1 さいわいプラザ)  
☎0258-39-7508(平日8時30分～17時15分)