

あなたもゲートキーパーです

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。特別な資格は必要ありません。

まずは声をかけるところから始めてみませんか。

ゲートキーパーの役割

気づく

- ・ 家族や仲間の変化に気づいて、声をかける

聴く

- ・ 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

つなぐ

- ・ 早めに専門家に相談するよう促す

見守る

- ・ 温かく寄り添いながら、じっくりと見守る