

ゲートキーパー養成出前講座のご案内 ~困っている人の「架け橋」に~

台東区の自殺死亡率は全国や東京都と比べて高い状況です。自殺は、健康・家庭・経済・生活問題など、さまざまな要因が複雑に絡み合った末に起こると言われています。あなたの周りにも一人で悩みを抱えている人がいるかもしれません。家族や仲間の変化に気づき、相談窓口など支援先につないでいただくために、区ではゲートキーパー養成出前講座を実施しています。ぜひご利用ください。

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、相談窓口につなげ、見守る人のことです。求められるのは専門的な知識や特別な技術ではなく、保健所などの相談機関につなぐための「架け橋」になることです。周りで悩んでいる人に、まずは優しく声をかけてみることから始めてみませんか。

気づく・声をかける

話をよく聴く

見守る

相談先につなぐ

ゲートキーパー4つの役割

出前講座の内容は

- ゲートキーパーの役割 ●台東区の自殺の状況
- 悩んでいる人への声のかけ方 ●相談窓口
- ゲートキーパー自身のメンタルヘルス 等
- ★その他、ご要望があればご相談ください。

申し込み方法

電子申請または下記問い合わせ先へ電話・FAXでお申込みください。FAXの場合、下の二次元コードから申込書をダウンロードし、必要事項を記入のうえ送信してください。



お問合せ

台東保健所 保健予防課 精神保健担当
TEL 03-3847-9405
FAX 03-3847-9424

ご利用条件

- 区内在住・在勤・在学の方で構成されているグループ・団体 (5名以上)
- 実施日時: 月～金曜日 (祝日、年末年始を除く) 9:00～17:00
- 所要時間: 20～30分程度 ●会場の確保や設営はグループ、団体でご用意ください。
- ★費用は無料です。 ★土日祝日・夜間の開催についてはご相談ください。
- ★お申込み状況によりご希望にお応えできない場合があります。ご了承ください。

予防接種はお済みですか？



区民の健康を守るため、様々な予防接種や接種費用の一部助成を行っています。下記以外の予防接種についても、区ホームページや広報たいとうでご案内していますので、あわせてご覧ください。各予防接種の予診票は、区ホームページから電子申請できます。

带状疱疹ワクチン定期予防接種

令和7年4月から開始しました。対象の方には、令和7年3月下旬に予診票を送付しています。

- 対象** 7年度に65,70,75,80,85,90,95,100歳を迎える方、100歳以上の方
- 費用** 生ワクチン4,000円、不活化ワクチン11,000円 (1回当たり) (生活保護受給世帯、住民税非課税世帯の方は無料)
- 接種回数・間隔** 生ワクチン1回、不活化ワクチン2回 (2か月以上の間隔をあける)
- 接種期間** 令和8年3月31日まで



※定期予防接種の対象で、上記期間内に接種が完了しなかった方は、带状疱疹ワクチン任意接種費用助成を利用することができます。(不活化ワクチンの2回目接種は、1回目接種後2～6か月以内に必ず接種してください。)

任意接種の費用助成 ▶



※枠内の二次元コードから、区ホームページの各ワクチンの情報へアクセスできます。

麻しん・風しん (MR) 第2期定期予防接種

麻しんの国内報告数が増えています。まだ受けていない方は、早めの接種をお願いします。対象の方には、令和7年3月下旬に予診票を送付しています。

- 対象** 平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれの方
- 費用** 無料
- 接種期間** 令和8年3月31日まで



未接種者に対する助成制度

区内在住で麻しん・風しん定期予防接種の機会を逃した2歳以上18歳以下の方には、接種費用の助成制度があります。



お問合せ

台東保健所 保健予防課 予防担当
TEL 03-3847-9471

無料の歯科健診は3月31日までです！

はたち 歯科基本健康診査・20歳の歯科健診

対象の方にはすでにご案内を送付しています。

対象 20,30,35,40～55,60,65,70,75,80,85歳の区民 (令和8年3月31日時点の年齢)

内容 歯科健診・保健指導
【20歳限定】前歯クリーニング・後日、区よりプレゼントを送付

区ホームページ
歯科基本健康診査▶



区ホームページ
20歳(はたち)の
歯科健診▶



再発行申請は区ホームページまたは下記問合せ先までご連絡ください。

お問合せ

台東保健所 保健サービス課 母子成人保健担当
TEL 03-3847-9449

3月1日～8日は「女性の健康週間」です

仕事・家庭・子育て・介護等と毎日忙しく、ご自分の健康を後回しにしていますか？ この機会に考えてみましょう。

区では「女性のための健康相談」を行っています。女性特有の症状や疾患について女性の婦人科医師があなたの不安にお答えします。まずはご予約ください。



- 対象: 区内在住・在勤・在学の女性
- 所要時間: 約20分
- 日程: 広報たいとうまたは区ホームページをご覧ください▼
保健所にご来所いただき、医師とはオンラインでの相談となります。



お問合せ

台東保健所 保健サービス課 保健指導担当
TEL 03-3847-9497