

報道関係者各位

令和8年4月24日

## 5月は孤独・孤立対策強化月間です

～ひとりで悩みを抱え込まず、まずはご相談ください～

新年度の慌ただしさが落ち着き、連休明けに心身の不調や孤独感を感じやすくなる5月。政府はこの1か月を「孤独・孤立対策強化月間」と定めています。

舞鶴市においても、地域住民の皆様が孤独・孤立の問題を「自分事」として捉え、必要な支援に繋がれるよう、相談窓口の周知を強化いたします。

### ●強化月間の趣旨

孤独・孤立は、人生のあらゆる場面で誰にでも起こり得るものです。特に環境の変化が大きい春先は、不安や寂しさを抱え込みやすい時期でもあります。本月間を通じて、「あなたはひとりじゃない」というメッセージを届け、社会全体で支え合う意識を醸成することを目的としています。

### ●相談窓口のご案内

#### ◎孤独・孤立相談ダイヤル

#9999

### ●特設サイト「あなたはひとりじゃない」

#### ◎孤独・孤立対策強化月間特設ホームページ

<https://www.notalone-cao.go.jp/main-monthly/>



まち  
この舞鶴に  
北陸新幹線を。

舞鶴市 生活支援相談課 (担当：上西・河崎)

〒625-8555 舞鶴市字北吸1044

TEL:0773-66-1006、FAX:0773-62-2050

E-mail:seikatsu@city.maizuru.lg.jp