



札幌市 いのちの大使

# CHUPUKA

太陽のクマ



あげる  
僕の太陽を

僕の名前は「CHUPUKA (チュフカ)」。命を大切にするクマです。名前の由来はアイヌ語で「太陽」と「目」を意味する「チュフ」と、「輪」を意味する「カリブ」を組み合わせたものです。僕は命の大切さを伝えるため太陽のいのちの輪をかぶって、命を大切にすることを「きづく」「きく」「つなく」「みまもる」を広めています。

♡♡ いのちを支えあう街へ。札幌市

## わたしは、ほっとけない。

一人ひとりが、いのちを守る  
「ゲートキーパー」に。



### きづく

～家族や仲間の変化に気づいて、声をかける～

あなたの周りの方の様子が、「何かいつもと違うな」と感じたときは、声をかけてみて、「心配している」というメッセージを伝えましょう。大切な人のこころのサインに気づくことが大切です。

### きく

～本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける～

話をきくときには、相手の話を批判せず、じっくり耳を傾けることが大切です。「話をきいてもらうだけで安心した」という方も多くいるのです。



### つなぐ

～早めに専門機関に相談するよう促す～

自らのいのちを絶ってしまう要因には、さまざまなものがあります。話をじっくりときき、本人の気持ちを受けとめてから、必要があれば、医療機関や専門機関へ相談をつなげてください。

### みまもる

～温かく寄り添いながら、じっくりと見守る～

身体やこころの健康状態について、以前と変わらない自然な雰囲気でも声をかけましょう。期待どおりに回復しなかったり、逆戻りしているように見えても、焦らずに声をかけながら、程よい距離感で見守っていきましょう。



### ゲートキーパー

ゲートキーパーとは、悩みのある人に気づき、声をかけ、話をきいて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。特別な資格はいりません。

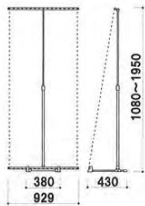
♡♡ いのちを支えあう街へ。札幌市

使用スタンド



BS-90  
(片面タイプ)

重量 12.4kg  
本体 1 スチールクロームメッキ仕上  
+ ステンレス JCS ハイブ  
バー 1 アルミ押型材シルバー  
バナーサイズ 1  
W900 × H1200 ～ 1800mm  
収納袋付き



※収納袋・ポリウエイト付