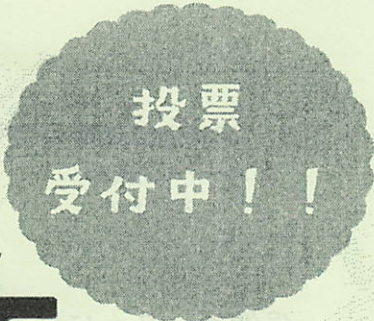


「生きる勇気や希望」をもらえる本 //



令和8年度

わたしの推し本 コンテスト



わたしの心を元気にする推し本に投票しよう!

☆投票方法は2つ!

本のジャンルは
小説・マンガなど
何でもOK!

①投票用紙で各図書館、図書室の投票箱へ
投票する

②WEBから投票する

こちらの二次元コードから投票! ↓↓



小学生・中学生は学校の
先生への提出や、学校の
図書室で投票できるよ!

元気がない友達
にすすめたい!



投票締切 令和8年12月28日(月)まで

このセリフに
勇気をもらった!

【お問い合わせ・相談窓口】

白河市 健康増進課 (中央保健センター) TEL27-2114

月～金8:30から17:15まで (祝祭日・年末年始を除く)

-----投票用紙-----

名前またはニックネーム (必須)	年齢(年代) 当てはまるところに○	小学生 中学生 高校生 10代 20代 30代 40代 50代 60代 70代 80代以上
わたしの推し本 (おすすめの本) のタイトル(必須)		
作者名 (わかれば)	出版社名 (わかれば)	
おすすめの理由(必須)例)登場人物の○○○なところに励まされた、主人公のセリフ「○○○」から勇気をもらった など		

投票箱の設置場所

①白河市健康増進課(中央保健センター)
白河市北中川原313
TEL 27-2114

②市立図書館 りぶらん
白河市道場小路96-5
TEL 23-3250

③表郷図書館
白河市表郷金山字長者久保2
TEL 32-4784

保健センターには
心の健康に関する
相談窓口があります

④大信図書館
白河市大信町屋字沢田25
TEL 46-3614

⑤東図書館
白河市東釜子字狐内47
TEL 34-1130

図書館ではみんなの
推し本を読む
ことができます

子ども若者向けのWeb空間 「かくれてしまえばいいのです」

生きるのがしんどいと感じている子ども・若者向けのWeb空間
「かくれが」です。匿名・無料で24時間いつでも利用することが
できます。

制作・運営 NPO法人自殺対策支援センターライフリンク

ここから入って⇒
みてね!



←紹介している相談窓口の他にも様々な窓口があります。
詳しくはこちらからご確認ください。

心の相談窓口

相談先	連絡先	時間
ふくしま24時間 子どもSOS	0120-916-024 (無料)	24時間
こころの健康相談 ダイヤル ※福島県精神保健センター内	0570-064-556 (ナビダイヤル)	月～金 9:00～17:00・18:30～22:30 (受付は22:00まで) ※祝祭日・年末年始を除く
LINE こころつなぐ@福島 (精神保健福祉センター)	ID【@228dcnon】 	毎日18:00～22:00 (受付は21:30まで) 土・日・祝日含む

【投票方法】

白河市ホームページまたは投票用紙で、1回の投票で1冊まで。一人何回でも投票できます。

☆投票用紙で投票する場合

- ①投票用紙に必要事項を記入
- ②白河市内の各図書館(りぶらん、表郷図書館、大信図書館、東図書館)、図書室または中央保健センターに設置してある投票箱へ投票。

☆WEBから投票する場合

チラシの二次元コードを読み取る。または白河市のホームページ「推し本」を検索。
投票フォームに必要事項を入力し、送信。

※投票に関する個人情報目的以外では使用しません。