

竜崎温泉温水プール指導日
(9月21日～10月20日)

実施日	
9月	21日(木)、27日(水)
10月	4日(水)、5日(木)、11日(水)、12日(木)、 18日(水)、19日(木)

65歳以上の方の介護予防や健康づくりを目的とした水中運動の指導を行っています。
指導時間は午前10時～午後3時30分です。
実施日等は事情により変更することがあります。

◆問い合わせ

介護保険課 地域包括支援センター
☎0820(73)5506

ルーラル オレンジ・フェスタ

in 周防大島

日時 11月4日(土) 午前9時～午後3時

■三蒲会場 東三蒲 (JA 山口大島三蒲支所)

■東和会場 西方 (道の駅サザンセトとうわ)

○協力開催 戸田青空市 (ガソリンスタンド斜め前)

日時 11月4日(土) 午前6時～午前9時30分

皆さまのお越しをお待ちしております

選挙日程のお知らせ

山口県知事選挙

平成30年2月4日(日) 投開票

周防大島町選挙管理委員会



いのち支える

さわやかな秋風が吹く季節になりましたが、皆さまいかがお過ごしですか。9月10日は世界保健機関(WHO)が定めた世界自殺予防デーです。また、日本では、9月10日から1週間を自殺予防週間としています。

日本では、平成28年に2万1897人の方が自らの命を絶っており、これは1日に約60人の方が様々な悩みにより心理的に追い込まれた末の死であることを意味しています。また、平成28年10月に厚生労働省が実施した自殺対策に関する意識調査によると国民のおよそ20人に1人が「最近1年以内に自殺を考えたことがある」と回答するなど、自殺は私たちの身近な問題となっております。

NPO法人自殺対策支援センターライフリンク代表、清水康之氏によると、「10000人の実態調査から自殺は『平均4つ』の危機要因が複合的に連鎖して起きている」と述べています。例えば「介護疲れ」という一つの危機要因なら、まだ乗り

周防大島町保健師

山田 優一郎

(健康増進課健康づくり班)

越えることができますが、他にも「過労」「生活苦」「多重債務」等といった複数の要因が追い被さることで、抱えきれずに自殺という悲しい選択をしてしまいます。そうならないためにも、自分一人で悩まないで、誰かに早めに相談することで、気持ちが楽になったり、何か解決策が見つかるかもしれません。

また、「死ぬしかない」という状況に陥っている人が「生きる道」を選ぶように、身近な人がちよつとした変化に気づき、声をかけ、かけがえのない命を支えていきたいと思います。

健康増進課健康づくり班では、こころの相談をお受けしていますので、お気軽にご相談ください。

■問い合わせ

健康増進課健康づくり班
☎0820(73)5504



いのち支える