

あなたと大切な人の命を守るために ～3月は「自殺対策強化月間」です～

日本の1年間の自殺者数は、平成10年以降連続して3万人を超え、平成24年は3万人を下回ったとはいえ深刻な状況です。自殺者は男性が女性の約2倍と多く、30～60歳代の働き盛り世代が多い状況です。

自殺は、本人にとってもこの上ない悲劇であるだけでなく、家族や周囲の人に大きな悲しみと生活上の困難をもたらし、社会全体にとっても大きな損失です。かけがえのない命を守るために、皆で私たちができることを考えていきましょう。

自殺を考えている人の多くは 何らかのサインを発しています

死にたいと悩んでいる人の多くは、心の中では「生きたい」という気持ちとの間で激しく揺れ動いており、不眠や原因不明の体調不良、興味の消失など自殺の危険を示すサインを発しているといわれます。しかし、



家族や友人、職場の同僚など身近な人に対して「心配を掛けたくない」との思いで隠そうとする場合があります、気付きにくいことがあります。

あなたの周りの大切な家族、友人、近所の人、ひょっとするとあなたの助けを待っているかもしれません。自殺を防ぐためにできることは、一人一人が、周囲の人の様子を気に掛け、話を聞いて、専門家の助けが必要だと感じたら相談機関などに相談するように促し、焦らず温かく見守ることです。そうすることが、悩んでいる人の孤立を防ぎ、生きていく希望につながります。大切な人の命を守るために、まずは声を掛けることから始めてみましょう。



県外の医療機関等で妊婦一般健康診査を受診した人、これから受診予定の人へ

県外の医療機関等で妊婦一般健康診査を受診する場合は、事前に妊婦一般健康診査県外助成の申し込みが必要です。受診前に、各保健センター窓口または電話で申し込んでください。

また、3月31日(月)までに県外の医療機関等

で妊婦一般健康診査を受診した分は、4月15日(火)までに直接または郵送で各保健センターへ費用助成の申請手続きが必要です。期日までに申請が完了しない場合、費用助成を受けられないことがありますので、ご注意ください。

3月1日から8日は「女性の健康週間」

女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすために、生活の場を通じて、女性のさまざまな健康問題を社会全体で総合的に支援しましょう。