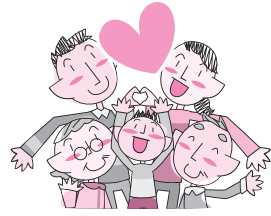


9月は

老人保健福祉月間



秋田市では、「老人の日(9月15日)」がある9月を「老人保健福祉月間」と定めています。

一人一人が高齢者や高齢社会に関心と理解を深め、高齢者の保健・福祉の向上や社会参加の促進を通して、誰もが生きがいをもち、健康に生活できる明るく豊かな長寿社会をめざしましょう。

長寿福祉課 ☎(8888)5666

平成29年度の標語が決定しました！

大好きよ じいちゃんばあちゃんの 元気な笑顔

今年度の老人保健福祉月間の標語は、仁井田・保戸野・岩見三内の各小学校から募集しました。審査の結果、第一席には、山上陽香理さん(岩見三内小5年)の作品(右記)が選ばれました。

その他の標語入選者(敬称略)

■仁井田小…相場 心(6年)、金慶介(6年)、後藤あい(6年)

■保戸野小…石川優衣(5年)、高野悠(5年)、辻采明(5年)、小泉 俊(5年)

■岩見三内小…船木陽和太(2年)、鈴木琉翔(6年)

9月5日(火)から13日(水)まで、市役所1階の市民ホールで、「エイジフレンドリーシティ」パネル展を開催！

エイジフレンドリーシティ(高齢者にやさしい都市)の実現をめざす秋田市の取り組みを紹介します。秋田市が迎える超高齢社会を自分らしく暮らすために必要なことは何か、この機会に考えてみませんか。

◆展示内容

- ・高齢のかた、障がいのあるかたにやさしい取り組みを行う企業などを、パートナーとして登録する「エイジフレンドリーパートナー制度」の紹介
- ・高齢のかたが過ごしてきた人生や暮らしの様子を紹介した展覧会「2240歳スタイル」時間を味方にする人生の先輩たち」のミニパネルなどを展示

9月は「世界アルツハイマー月間」

9月21日の「世界アルツハイマーデー」と9月の「世界アルツハイマー月間」にちなみ、秋田市では次の取り組みを行います。

◆セリオンをオレンジ色にライトアップ

9月1日(金)から24日(日)まで、認知症啓発のシンボルカラーであるオレンジ色にセリオンがライトアップされます

◆リーフレット配布

9月17日(日)午前10時～11時頃、秋田駅ばぼろーど、大屋根下で

竿燈まつり会場を155人がパレード 民生委員・児童委員活動を大いにPR!



今年で、民生委員制度創設100周年、児童委員制度創設70周年を迎えます。これを記念して、8月6日の竿燈まつりに合わせて開催された市民パレードで、民生委員・児童委員155人が、活動を観客のみなさんにPRしました。

「支えあう住みよい社会 地域から」

これからも、ご自分のこと、ご近所のこと、困ったことがあったら、お住まいの地区の民生委員・児童委員にご相談ください。

●問い合わせ 福祉総務課地域福祉推進室

☎(8888)5666

守ろう大切な

いのち

平成27年の秋田市の自殺者数は63人、自殺率(人口10万人に対する自殺者数)は、19.9で、平成26年より減少しています。年代では、50代、60代が多く、性別では男性の自殺が女性の2.4倍となっており、職業別では無職者、原因別では健康問題が多い状況です。

尊い命を1人でも多く救うため、自分たちができることから取り組んでみませんか。



◎いのちの健康に関する相談窓口

保健所では、精神科医、臨床心理士、保健師に大いなる相談を受け付けています。

秋田市保健所健康管理課精神保健・自殺対策担当(平日の午前8時30分～午後5時15分)

☎(0800)11800

健康管理課ホームページ

<http://www.city.akita.akita.jp/city/h/hm>

/kokoro-default.htm

いま、あなたにできること「ゲートキーパー」

次の5つの項目が「ゲートキーパー」(※)の役割です。あなたの周りで、いつもと様子が違うと感じる人がいたら、まずは声をかけてみましょう。

①気づき ……こころの悩みや問題を抱えている人が発する周りへのサインになるべく早く気づきましょう。次の項目に多く当てはまる場合、自殺のサインかもしれません。

- 1 気分が沈む、気力がわかない、眠れないなど、うつ病の症状がみられる
- 2 頭痛、肩こり・体のだるさなど、原因不明の身体の不調が長く続いている
- 3 飲酒量が増えた
- 4 安全や健康が保てなくなった
- 5 仕事の負担が急に増えた、大きな失敗をした、失職した
- 6 職場や家庭でサポートが得られない
- 7 本人にとって価値あるものを失った
- 8 重症の身体の病気にかかった
- 9 自殺を口にする
- (1～8)に複数該当する人が自殺を口にするのは危険な状態です
- 10 自殺未遂をした



③話を聴く ……本人を責めたり、安易に励ましたり、考えを否定することは避け、話をそのまま受け止めましょう。

④必要な支援につなげる ……自殺のサインに気づいたら、専門機関(医療機関や保健所など)に相談するよう促しましょう。

⑤見守る ……温かく寄り添い、見守りましょう。

9月に実施される相談の窓口など

若者の心といのちのホットライン

対象▶39歳以下で悩みのあるかた 日時▶9月6日(水)・13日(水)・20日(水) 午前10時～午後4時
相談電話▶NPO法人秋田県就労・生活自立サポートセンター ☎0900-6623-9641

若者の語り場

直接会場へお越しください。
対象▶39歳以下のかた 日時▶9月9日(土)午後3時～5時 会場▶市役所2階の中央市民サービスセンター洋室6 参加費▶500円
問▶NPO目的のある旅の草野さん ☎0800-308817506

死別の苦しみ・悲しみを語る集い「クレマチスの会」

…直接会場へお越しください。
対象▶大切な人との死別を体験したかた
日時▶9月16日(土)午後1時～4時(個人ケアは3時20分)。希望者は予約が必要です
会場▶秋田県社会福祉会館 参加費▶300円
問▶秋田グリーンケア研究会 ☎0800-5000-8706

出前こころのケア相談

…臨床心理士が、お話を聞き、ご本人が問題解決できるようサポートします。定員2人。

日時▶9月26日(火)午後1時30分～4時
会場▶東部市民サービスセンター
申込▶健康管理課 ☎(0800)11800

※ゲートキーパー＝悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人のこと。