

守ろう大切ないのち

秋田市の自殺率(人口10万人に対する自殺者数)は、平成18年をピークに減少傾向が続いていますが、いまだ多くのかたが自ら命を絶っている状況にあります。

現在、新型コロナウイルスの感染拡大の影響で生活が不安定になり、ストレスや悩みを抱えている人も多いのではないのでしょうか。

自殺は、さまざまな要因が複雑に絡み合い、追込まれた末の死であり、その多くが防ぐことができる社会的な問題です。さらなる減少につなげるためには、社会全体で取り組んでいく必要があります。

●あなたもわたしもゲートキーパー

「ゲートキーパー」とは、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ることが出来る人のことです。

あなたの大切な人のかけがえのない命を守るために、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ることから始めてみましょう。

●ひとりで悩まずに相談しましょう

会場はいつでも市保健所(八橋)。ご希望のかたは、健康管理課へお申し込みください。

精神科医による精神保健福祉相談

原則通院していないかたが対象です。ご本人やご家族、関係者などの相談に応じます。定員各日2人。

日時▶毎月第1・第3木曜、午後1時30分～4時

臨床心理士によるこころのケア相談

心の問題を抱えているご本人が、ご自身で問題解決できるようにサポートします。定員各日3人。

日時▶毎週水曜、午後1時15分～5時

保健師などによるこころの相談

電話または来所でご相談いただけます。来所相談は事前にお申し込みください。

日時▶平日午前8時30分～午後5時



●メンタルヘルスに関するDVDを貸し出しています

毎年、多くの「働く人」が自殺に追い込まれています。心身ともに健康でいきいきと働くことができるよう、メンタルヘルスについて学びませんか。健康管理課では、職場のメンタルヘルス対策を解説しているDVDを貸し出しています。ご希望のかたはご連絡ください。



対象
おもに10代・20代・30代のかた

非対面
オンライン
サポート



くもの糸LINE相談

登録はLINEの「友だち追加」から、右記コードを読み取るか、ID「@156uujqi」で検索してください

開設期間

来年3月31日(水)までの
午後4時～9時
(受け付けは8時30分まで)

誰かに話したい…悩んだら
まずはLINEでご相談を

NPO法人蜘蛛の糸 鎌田悠香子さん

おもに若いのかたのサポートを目的に、身近な連絡手段である「LINE」での相談を始めました。「死にたいくらい」「経済的に苦しい」「学校や職場での人間関係に悩んでいる」など、さまざまな相談に臨床心理士や精神保健福祉士、産業カウンセラーなどの専門家が応じています。もし、LINEで相談をしていく中で、文字では伝えにくい気持ちをもちと話したいと感じた場合は、電話や面談での相談も可能です。じっくり時間をかけて相談に乗ります。遠慮せず、お気軽にご利用ください。

NPO法人蜘蛛の糸☎(0853)97759



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、誰もが生きがいを持ち、健康で安心して生活できる明るく豊かな長寿社会をめざしましょう。

老人保健福祉月間の最優秀賞標語決定!

令和2年度「老人保健福祉月間標語」最優秀賞

「大丈夫」その一声で世が変わる

小学生を対象に募集した作品の中から、渡邊剣心さん(明徳小5年)の右の作品が最優秀賞に選ばれました。おめでとうございます。その他、次のみなさんが入選されました。

【その他の入選者】

- 渡邊大和さん(桜小4年)
- 鈴木蓮絆さん(広面小4年)
- 斉藤正好さん(広面小6年)
- 小泉詩衣さん(秋大附属小5年)

問い合わせ▶長寿福祉課…標語について☎(888)5666、認知症について☎(888)5668

安心して暮らせるまちをめざして～認知症について考えてみませんか～

9月は「世界アルツハイマー月間」

認知症は、早期発見、早期治療につなげることで、症状の進行を緩やかにしたり、家族の負担を減らすことができます。認知症のかたが住み慣れた場所で自分らしく暮らし続けることができるように周りの人が正しい知識を持ち、優しい気持ちで接することが大切です。この機会に、認知症について考えてみましょう。

高齢者の見守りにご協力いただける企業を募集しています

日々の業務の中で、ちょっとした見守りや声かけなどでご協力いただける企業を募集しています。

市と協定を締結した協力企業に見守りステッカーを進呈!



認知症のご相談は地域包括支援センターへ

認知症に関する支援、医療・介護サービスなどの情報提供を行っています。また、関連機関と連携するため、認知症により行方不明になるおそれがあるかたの情報の登録なども行っています。

お住まいの地区のセンターがご不明の場合は、長寿福祉課へお問い合わせください。

認知症に関する図書を展示中!

月間に合わせて、認知症や介護に関する書籍などの特設コーナーを、9月中、市立図書館に設置しています。ぜひご利用ください。



認知症サポーター養成講座 & ステップアップ講座

認知症を正しく理解し、その本人やご家族を応援する認知症サポーターになりませんか。受講後、サポーターの証として「オレンジリング」を差し上げます。



腕にオレンジリング

また、養成講座の受講者を対象にステップアップ講座も開催します。申し込みは、9月7日(月)から各地域包括支援センター(表中の「包括」)へ。

会場別日程 養||養成講座 ス||ステップアップ講座

受講無料 定員各40人(東部・金足は各20人)

地区	サービスセンター	開催日	時間
中央市民サービスセンター(市役所3階)で開催	申込	9月18日(金)	13:30～15:00
	ス	10月14日(水)	13:30～15:00
東部市民サービスセンター	申込	10月16日(金)	10:00～11:30
	ス	11月20日(金)	10:00～11:30
西部市民サービスセンター	申込	9月24日(木)	13:30～15:00
	ス	10月22日(木)	13:30～15:00
南部市民サービスセンター	申込	9月29日(火)	13:30～15:00
	ス	10月27日(火)	13:30～15:00
金足地区コミュニティセンターで開催	申込	11月21日(土)	10:00～11:30
	ス	下新城包括☎(887)213000	