

3月は県の自殺防止 強化月間です。

～みんなで守る新潟のいのち～

健康せきかわ21

いきいきライフ

新潟県では年間の自殺者数が減少していますが、依然として年間500名を超える方が自殺で亡くなる状況が続いています。県では自殺予防対策推進県民会議等を実施し、官民一体となった県民運動として自殺予防を推進しています。村でも官民協働の取り組みを通して、村民の方に自殺防止の理解を広めています。



●こころの相談窓口
ナビダイヤル なやみ なし にいがた
0570-783-025

受付時間…毎日 24時間

まずお電話ください。
専門相談機関や医療機関の紹介もできます。

★注意サイン

- 眠れていますか？
- 疲れ過ぎや体の不調はありませんか？
- 不安になる問題を一人で抱え込んでいませんか？
- 孤立感を抱えていませんか？
- 人間関係のストレスで感情が敏感になっていませんか？
- 食欲はありますか？ お酒のトラブルはありませんか？

◆早めの相談・受診、治療が大切です。一人で抱えず、まずはお相談ください。

村や保健所は、健康相談の窓口です。

精神疾患の医療費助成制度や、専門相談機関などがあります。

村上保健所：精神保健福祉相談員がいます。 ☎ (0254) 53-8369

■ 3月13日(日) ふれあい福祉健康フェア（「こころと体の健康コーナー」他）

個別健康相談や喫煙者の呼気測定、ストレス度やアルコールの体質チェック、ベビー人形抱っこ体験、体力テストなどが無料でできます。ぜひご来場ください。

詳しくは3月1日全戸配布チラシをご覧ください。



関川村役場 住民福祉課健康介護班 ☎ 64-1472

高齢者宅の雪下ろしを実施

～コミュニティ内の連携～

コミュニティかわきたと川北体育協会では、除雪ボランティアを実施しています。

コミュニティ管内の自力で雪下ろしが出来ないひとり暮らしの方や高齢者のみの世帯を対象に屋根の雪下ろし、玄関先の道付けなどを行っています。民生委員が家庭訪問などで現状を把握し、民生委員を通じて依頼を受けています。



16年目を迎えたボランティア活動。今年も12人のメンバーが集まり、2軒の雪下ろし作業を行いました。地域を守るため、コミュニティ、体育協会、民生委員が連携して行う取り組みに、対象者は感謝しています。これからもコミュニティの相互扶助の精神に基づき、続けられていきます。

キラリと光る地域活性化事業講演会開催

NPO法人ここスタ らく～な関川親の会では、キラリと光る地域活性化事業として、講演会とシンポジウムを開催します。

子どもが不登校やひきこもりになった時、親はどうしたらいいか分からなくなってしまうことがあります。不登校・ひきこもりの子どもを持つ親の体験を通して、どのように子どもと向き合い、理解するためにはどうしたらいいのか、親が楽になるってどういうことなのか一緒に考えませんか。

《日 時》 平成28年3月26日(土) 13時00分～16時30分

《場 所》 関川村村民会館 大ホール

《対象者》 一般住民・当事者・家族・教育関係者・福祉関係者・テーマに関心のある方

《定 員》 100名

《参加費》 無料

● 講演

『ひきこもりを理解しよう』

講師 斎藤 まさ子 (新潟青陵大学 看護学部教授)

● シンポジウム

体験発表者 3名

ファシリテーター 斎藤 まさ子 教授

◆主催

NPO法人ここスタ らく～な関川親の会

◆申込み・お問合せ

NPO法人ここスタ 小澤 090-1883-2280 (午後5時以降)

※詳しくは、3月2日新聞折込のチラシをご覧ください