

かけがえのない命と心を守りましょう

■自殺の現状

沖縄県の自殺者は平成26年は284人おり、性別・年代で見ると、40、50代男性の占める割合が高い特徴があります。西原町では表1のようになっており、県と同じく男性が多い傾向となっています。

自殺の理由としては「健康問題」が最も多く、「経済・生活問題」「家庭問題」が後につづきます。さまざまな悩みや問題を抱えるうちに、追い詰められ「自殺しかない」と思い込んでしまう場合が少なくありません。あなたの身近に悩みを抱えて、つらい思いをしている人はいませんか。あなたの少しの働きかけが、大きな支援となり、大切な人の命を救うのです。

■私たちが、大切な人のためにできること



■心の悩みで困ったときの相談機関

- 沖縄いのちの電話(死にたい気持ち・悩み相談)
☎888-4343
10:00~23:00/年中無休
- 総合精神保健福祉センター(こころの電話相談)
☎888-1450
9:00~11:30、13:00~17:00/月・水・木・金
- 西原町役場 福祉部介護支援課
(精神保健福祉に関する相談)
☎945-5013
8:30~17:15/月~金 昼休み、祝日等を除く
- 南部福祉保健所(精神保健福祉に関する相談)
☎889-6945
9:00~16:00/月~金 昼休み、祝日等を除く

表1
西原町の自殺者

H23	H24	H25
8人	4人	4人



メンタルヘルスサポーター養成講座 **受講無料!**

メンタルヘルスサポーターとは、自殺の実態やさまざまな問題を正しく理解し、あなたの大切な友人や家族、同僚、住民のようすの変化に気づき、早い段階でサポートする人のことです。

自分自身のため、家族のため、身近な人を守るために、ご来場をお待ちしています。

場所：西原町保健センター(西原町役場内)

	日時	内容	講師
第1回	9月28日(月) 13:30~16:00	うつ病の理解と対応について	沖縄県総合精神保健福祉センター なかもと ぼる お 仲本晴男氏
第2回	10月5日(月) 13:30~16:00	借金・経済問題を抱える人への支援について	沖縄県総合事務局 財務部金融監督課
第3回	10月30日(金) 13:30~16:00	より望ましい援助関係をつくるために	臨床心理士 なかむら まさよし 仲村将義氏

お問い合わせ 福祉部介護支援課 障害支援係 ☎945-5013

結核は過去の病気
ではありません

毎年9月24日から30日は 「結核予防週間」

医療の進歩や結核対策の推進などにより、国内の結核患者発生数は減少しています。しかし、結核は毎年約2万人以上が感染・発病する、今でも油断できない日本最大の感染症です。沖縄県では平成26年に423名が結核と診断されました。

一般的に結核は、感染しても免疫機能によって結核菌の増殖を抑えられるため、ただちに発病するわけではありません。10人が結核に感染した場合、発病するのは1人から2人です。結核菌の増殖は遅いので、感染してから発病するまで早くて数か月かかり、免疫力が弱まったときに発病するという方が多くなっています。

結核の初期症状(風邪とよく似ています)

- 1) 2週間以上続くせき、たん 2) 発熱 3) 血痰 4) 胸痛 5) だるい 6) 体重減少



結核から身を守るために必要なこと

- ①上記の症状があれば早めに医療機関で受診しましょう。
- ②年に一度は健康診断を受けましょう。
- ③赤ちゃんには生後1歳までにBCG接種を受けさせましょう。

結核の早期発見は本人の重症化を防ぐだけでなく、大切な家族や職場などへの感染拡大を防ぐためにも重要です。結核の治療は現在、結核によく効く薬ができ、3~4種類の薬を6~9か月の間、毎日きちんと飲めば治るようになりました。また、たんに菌が出ていない状態であれば他の人にうつすことはないため、外来通院での治療が可能です。

早期発見・早期治療と確実な服薬が治療成功のポイントです。

結核に関するお問い合わせ 南部保健所健康推進班結核相談室 ☎889-6591

複十字シール運動にご協力ください

複十字シール運動は、結核や肺がん、その他の胸部疾患のない健康で明るい社会を作るため、これらの病気や予防に関する知識の普及と撲滅のための事業資金を集めることを目的とした募金活動です。

みなさまからお寄せいただいた募金は、公益財団法人結核予防会を通じて、結核予防の教育広報、途上国の結核対策、結核の調査研究などに役立てられます。

今後、各自治会より複十字シール運動への協力依頼があります。その際は、ぜひご協力をお願いします。

平成26年度の西原町での募金額は715,214円でした。
みなさまの温かいご協力、ありがとうございます。

DOUBLE-BARRED CROSS SEALS 2015
JAPAN ANTI-TUBERCULOSIS ASSOCIATION



2015年版 複十字シール

募金目安額：シール1枚 300円

お問い合わせ 福祉部健康推進課 保健予防係 ☎945-4791