

1 土	
2 日	
3 月	◎母子手帳発行(田) ◎さわやか教室(西)
4 火	◎乳児相談(午前 7ヶ月児・午後 12ヶ月児)(角)
5 水	◎ふれあいサポーター講習会(角) ◎さわやか教室(田)
6 木	◎1歳6ヶ月児・3歳児健診(西) ◎さわやか教室(角)
7 金	◎1歳6ヶ月児健診(角) ◎健康教室(3B体操)(角)
8 土	
9 日	◎献血(10時~16時・ワンダーモールタカヤナギ)
10 月	◎こども広場(角) ◎母子手帳発行(角)
11 火	◎なかよし教室(角)
12 水	◎2歳6ヶ月児歯ソッピー教室(角) ◎健康教室(気功体操)(角)
13 木	
14 金	◎乳児健診(神) ◎ふれあいサポーター講習会(角)
15 土	
16 日	
17 月	◎予防接種(ポリオ生ワクチン)(西) ◎母子手帳発行(西)
18 火	
19 水	◎予防接種(BCG・三種混合)(田)
20 木	
21 金	◎乳児健診(角)
22 土	
23 日	
24 月	◎こども広場(角) ◎母子手帳発行(角) ◎予防接種(BCG・三種混合)(西)
25 火	◎予防接種(BCG・三種混合)(神)
26 水	◎予防接種(BCG・三種混合)(角) ◎健康教室(気功体操)(角)
27 木	
28 金	
29 土	
30 日	
31 月	

【実施場所】(田)…仙北市田沢湖健康増進センター (角)…仙北市健康管理センター
(西)…西木保健センター (神)…仙北市就業改善センター
(松)…松木内地区公民館 (紙)…紙風船館 (西地)…西木地域センター

心の健康づくりアンケートより

☆心の病気への理解

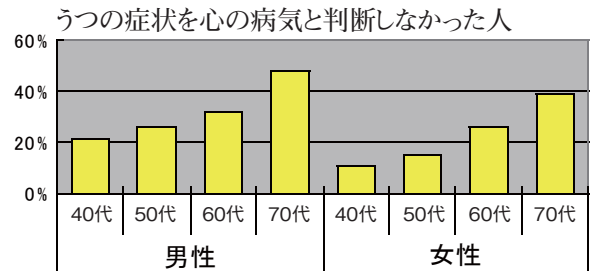
たとえば、身近な人が…

ここ2~3週間、食欲がなく、眠れない日が続き、体重が減ってきたようです。

また、ひどくふさぎ込むようになり、仕事に集中出来なくなってしまいました。

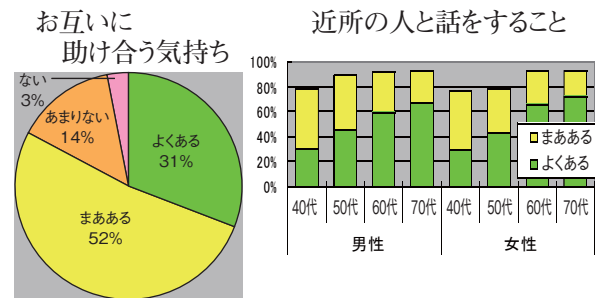
話しかけても、返事に乏しく、悲観的なことを言っています。

これはどのような状態でしょう？



女性より男性に、40代より60・70代に心の病気への認知度が低いことがわかりました。

☆まち(地域)への思いは



仙北市では、まだまだ近所・地域への思いは高く、支え合う力は大きいことがわかりました。

地域の自殺者を減らすためには…

○うつ病の早期発見・治療

○心の病気や自殺に対する偏見を減らして、話しやすい地域づくり

この2つを同時に進めていくことが重要です。

行政のみならず、住民が積極的に参加する啓発活動が望まれます。

周囲の人がなるべく早く、悩みを抱える人に支援の手を差し伸べるようにすることが大切です。

私たちにできること

地域の一人ひとりが

自殺予防の主力

になること

誰かに話してみましよう!その悩み