

# Health

## 保健だより



水沢保健センター(☎④4511)、江刺総合支所健康増進課(☎⑤2111)、前沢総合支所健康福祉課(☎④3501)、健康増進プラザ悠悠館(☎④2977)、衣川総合支所健康福祉課(☎⑤3800)

### ○自殺者数の推移 (人)

	奥州市	岩手県	全国
18年	52	467	32,013
19年	33	437	32,944
20年	36	454	32,159
21年	39	459	32,740
22年	39	426	31,282

市の平成22年における自殺率(※)は、30・7で、県の32・64よりはやや低いものの、全国24・62よりかなり高くなっています。年齢別で見ると、働き盛りの男性と高齢の女性に自殺者が多いのが

### 市の自殺者の状況

平成10年以降、日本では毎年3万人以上の人が自殺で亡くなり、大きな社会問題となっています。22年の自殺死亡率を見ると、岩手県は秋田県に次いで全国ワースト2位の状況です。市の自殺死亡率は県内でも高く、22年には39人の尊い命が失われました。今、地域全体で自殺者を出さないための取り組みが重要となっています。

## かけがえのない命を守るために

ゲートキーパー研修会を開催します

特徴です。

※自殺死亡率Ⅱ人口10万人に対する自殺者の数

### 自殺の要因

自殺の要因は、「健康問題」「経済・生活問題」「家庭問題」と続きます。また、背景にはさまざまな悩みが複雑に関係し、うつ病などの心の病を発症している場合が多いといわれます。

### ゲートキーパー研修会

自殺はさまざまな要因が連鎖し、「追い込まれた末の死」であるといわれています。周囲の人が気付き、相談や支援につなげることで、未然に防ぐことが可能なのです。

### お子さんの予防接種はお済みですか？

3月1日から7日は「子ども予防接種週間」です。今年度は、定期予防接種に加えヒブ、小児用肺炎球菌、子宮頸がん予防ワクチン接種の対象者にも通知しています。まだ受けていない予防接種がある場合は、この機会に済ませましょう。

### 麻疹・風しん予防接種を受けましょう

特に麻疹は、重症化すると命に関わる病気です。予防接種期間は3月31日までで、期間が終了すると全額自己負担となります。対象者で未接種の人は、早めに接種を受けましょう。

■対象＝①小学校入学前1年間の幼児(平成17年4月2日～18年4月1日生まれ)②中学1年生(平成10年4月2日～11年4月1日生まれ)③高校3年生(平成5年4月2日～6年4月1日生まれ)

■接種期間＝3月31日迄まで  
 ■費用＝無料(4月1日以降は全額自己負担)  
 ■接種医療機関＝市指定医療機関  
 ■問い合わせ＝本庁健康増進課母子保健係(☎④4511)、各総合支所予防接種担当課

■日時Ⅱ3月7日(日)午後1時

つなげ、見守る人  
 ※ゲートキーパーⅡ悩んでいる人に気付き、声を掛け、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人

市は、市民一人一人の大切な命を守る体制を築くため、ゲートキーパー研修会を開催します。大切な人の命を守るために、この機会に学んでみませんか。ゲートキーパーⅡ悩んでいる人に気付き、声を掛け、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人

■問い合わせ・申込先Ⅱ水沢保健センター(☎④4511)

■申込期限Ⅱ2月29日(水) 保健センター(☎④4511)

■場所Ⅱ水沢公民館

■内容Ⅱ①情報提供「市の自殺の現状と対策について」  
 ②講演「うつ病を正しく知ろう(さくらクリニック・阿部佐倉院長)」、「経済・生活問題の現状と自殺予防について(いわて生活者サポートセンター・藤澤俊樹事務局長)」

【水沢】

妖怪一家九十九さん  
(富安陽子)

【江刺】

春を待つ里山一原発事故にゆれるフクシマで  
(会田法行)

【前沢】

忍たま乱太郎(にんじゅつ学園の文化祭の段)  
(尼子騒兵衛)

【胆沢】

不動の絆～ベガルタ仙台と手倉森監督の思い～  
(戸塚啓)

【衣川】

奥州藤原三代の栄華と没落  
(武光誠)

### 注目の新着図書

- 水沢図書館 ●一般…さかな記者が見た大震災石巻讃歌(高成田享)、ズルい仕事術(勝間和代)、なぜ、いつも彼らのレストランは予約が取れないのか(福島直樹) ●児童…ひみつのおかしだおとうとうさぎ(ヨンナ・ピョルンシェーナ)、おなかのなかの、なかのなか(長谷川義史)
- 江刺図書館 ●一般…からだを変える・思いやる和スープ(岩崎啓子)、限界集落株式会社(黒野伸一)、学校で学べるサバイバル術(ワークシートでらくらく科学クラブ緊急番外編)(國眼厚志) ●児童…ヤモリの指から不思議なテープ(松田素子)、パパのメールはラブレター!? (メアリー・アマート)
- 前沢図書館 ●一般…高齢者のためのかみやすく、

- 飲み込みやすいレシピ(武蔵裕子)、俳句のための文語文法入門(佐藤郁良)、毎日が大河(田淵久美子) ●児童…あかちゃんになったおばあさん(いもとようこ)、ピヨピヨハッピーバースデー(工藤ノリコ)
- 胆沢図書館 ●一般…本当は怖い日本の城(知的発見!探検隊)、橋下徹の大きいなる挑戦(よしの桜)、惣菜パンブック(主婦の友社) ●児童…はじめての日本神話～『古事記』を読みとく～(坂本勝)、U・ポルト(スポーツ伝説研究会)
- 衣川公民館図書室 ●一般…ぜんぶの後に残るもの(川上未映子) ●児童…でんせつのかよだいあんまんをはこべ(サトシン)

### ◎3月の催し物など

- (◆…企画展 ◆…一般向け ★…子ども向け)
- 水沢図書館 ★紙しばいと絵本のよみきかせ…10日(日)14:00 ◆大人のための読みきかせ会…10日(日)15:30 ★春休み映画会…25日(日)14:00 ◆南分室 ★紙しばいと絵本の読み聞かせ…17日(日)14:00 ★親子で映画を見る会…24日(日)14:00
- 江刺図書館 ★お話びっくり箱…11日(日)10:30～11:00 ◆春の特別映画会…18日(日)14:00
- 前沢図書館 ★春休み読書カードツアー…31日(日)まで ★おはなし広場…10日(日)10:30～11:00 ★春休み映画会…24日(日)10:30～11:00
- 胆沢図書館 ◆企画展「里山～森と人、約束の地～」…4日(日)まで ◆哀悼企画展「3.11～未来へ繋ぐ記録～」…4月15日(日)まで ◆開館20周年記念展「東国原英夫から学べ」…6日(日)～4月15日(日) ★いちごみるくの「おはなしこんにちは」…11日(日)10:30

●毎月4日は、奥州市家庭読書の日『ねえ、読んで』

### ●3月の休館日

水沢、江刺、前沢、胆沢図書館…5日(日)、12日(日)、19日(日)、20日(祝)、26日(日)  
 (水沢3分室…上記に加え4日(日)、11日(日)、18日(日)、25日(日))  
 衣川図書室…20日(祝)



# Library 図書館だより

水沢図書館(☎④3080)、江刺図書館(☎⑤2111)、前沢図書館(☎⑤6781)、胆沢図書館(☎④2133)、衣川公民館図書室(セミナーハウス ☎⑤3900)