



こころちゃん

# こころ通信

## みんなで考える 心の健康づくり

### 官・民連携の生きる支援フォーラムに参加しました

3月13日、さきがけホールで開かれた「官・民連携の生きる支援フォーラム」にボランティアグループ「じよもん」と「チーム山本」の会員の方が参加しました。

このフォーラムは、秋田・こころのネットワーク（小坂和子会長）が主催したものです。

会の初めに、秋田県健康推進課より、平成30年度から5年間で自殺者数180人以下、自殺率19・3以下に減らすことを目標に自殺対策に取り組むという計画について話題提供があり、この計画には秋田県における自殺の特徴を踏まえ、こども・若年対策、健康問題対策、自殺未遂者支援などが盛り込まれているという説明がありました。

また、「生きる支援と官・民連携について」と題し、NPO法人蜘蛛の糸理事長の佐藤久男氏をはじめとする4名で対談が行われました。

その中で、自殺の危険を示すサインに気づき、声をかけ傾聴し必要な支援につなげる役割を担う「心はれはれゲートキーパー」を養成することの必要性や、官・民が連携



【写真左より】小関裕紀氏（県健康推進課自殺対策班副主幹）・野田新悦氏（同 主幹兼班長）・小坂和子会長・佐藤久男氏（蜘蛛の糸理事長）・渡部誠氏（秋田・こころのネットワーク事務局長）



参加されたボランティアグループの皆さんと佐藤理事長

し自殺対策に取り組むことの重要性について話し合われました。

また、県自殺対策計画の施策にもある、子ども・若者に対する自殺対策を進めていく上では、十分な言葉の配慮や対応が必要で、教育現場で自殺に関する話をするには難しさがあるため、より関係機関の連携が大切であることが話題となりました。

## 保健センターだより

保健センター  
☎83-5555

### ウォーキング万歩計を貸出します

～平成30年5月1日から開始～

秋田県では健康寿命日本一に向けて

- ① 身体活動・運動（歩数）
- ② 栄養・食生活（食塩・野菜摂取量）
- ③ アルコール（飲酒量）
- ④ 歯と口腔（虫歯になった歯の数等）
- ⑤ 心の健康（自殺率）
- ⑥ 検診
- ⑦ たばこ（喫煙率）

の七つを主な指標として掲げています。町ではこの施策に伴い、この中の「身体活動 歩数」について

取組み「毎年健康増進ウォーキング実践者 100人」を目指すこととしました。

そこで健康増進を目的とする町民の方々に「万歩計」を貸し出します。

#### ●貸与基準

最近の健診結果を持参してお申込みください。

#### ●貸与する場所

三種町保健センター

#### ●貸与物

万歩計（健康手帳 健康ウォーキングセット 歩数記録簿）

#### ●貸与期間

5月1日～平成31年3月末まで。年度末には歩数記録簿を保健センターに提出し、健康相談を受けていただきます。詳しいことにつきましては、貸与時にご説明いたします。

### 献血50回達成者に感謝状

平成28年度中に献血回数達成された方に、平成30年2月に感謝状が贈呈されました。

これまで多くの人びとの命を支えていただいたことに敬意を表するとともに、今後もさらなるご協力をお願いいたします。

#### ■保健所長感謝状

（献血50回）

加藤 一志さん

（鹿渡）

