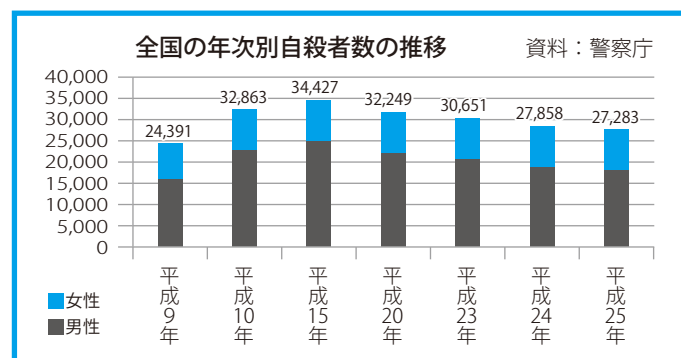




## 特集 大切な命を守るためできること

3月は自殺対策強化月間です。

現在、日本では毎年多くの人が尊い命を自らの手で絶っている状況にあります。大切な人の死は、その周囲の人に深い悲しみを残すことにもつながります。その尊い命を守るために、私たちにはできることがあります。今月は自殺防止について考えてみましょう。



「死にたい」と考えている人自身も「生きたい」という本心との間で激しく揺れ動いており、自殺に至る前には何らかのサインを発しています。家族や職場の同僚、学校の友人といった周囲がサインに気付く、本人を支えることができれば、自殺はその多くを防ぐことができる問題なのです。

自殺の背景は、ほとんどの場合、病気や障がいなどの健康問題、失業や多重債務などの社会的・経済的問題、職場や学校などの人間関係などの問題といった、さまざまな悩みを抱えて心理的に追い込まれてしまった末のものです。

### 救える命に気付くこと

内閣府が行った「平成23年度自殺対策に関する意識調査」では、5人に1人もの人が「これまで自殺を考えたことがある」と答えています。たとえ自分自身が考えたことがないとしても、周囲には自殺を考えるほどの悩みを抱えている人がいるかもしれません。

### 5人に1人が自殺を考えたことがある

### 自殺者の現状

平成25年に全国で自殺した人の数は2万7283人。これは毎日75人の人が自ら命を絶っていることになります。全国における自殺者の数は平成10年に急増し、平成15年をピークに減少傾向にあるものの、依然として多くの人が自ら命を絶っている状況にあります。

特に20歳代を中心とした若い世代は自殺者が増加しており、死因の第1位が自殺という状況です。

## ひかわColors

氷川町で頑張っている、町を彩る皆さんをご紹介します



Color 11

### 氷川町食生活改善推進員協議会

氷川町食生活改善推進員協議会は、食を通じた健康づくりを行うボランティアグループです。各地区への普及活動を中心に、小学生を持つ親子の料理教室を開催するなど、地域に食の大切さを伝えています。食や健康に関する知識を深めるための学習会も行っており、2月19日には、平成26年度最後の学習会が行われました。



▲学習会の様子

地域に根ざした食生活を 平成4年に誕生した会の活動も20年を超え、当初は理解が得られなかった減塩食の重要性についても、今では理解が得られるようになりました。井上文代会長（今）に話を伺うと「地域に根ざした食生活を信条とし、楽しく活動しています。今後は、若い母親を中心に食の大切さを伝えていきたい。地域から依頼があれば喜んで協力します」と笑顔で話されました。

### ひかわColorsを募集します

氷川町でスポーツや文化活動、ボランティア活動などを頑張っている団体を募集します。自薦・他薦は問いません。詳しくはお問い合わせください。

問 総務課 行政係 ☎52・7111

## CONTENTS

- 2 もくじ／ひかわ Colors
- 3 特集 大切な命を守るためできること
- 6 第10回町民体育祭冬季大会
- 7 介護予防サポーター募集／有佐駅前団地入居者募集
- 8 熊本県広報協会合同特集 “笑顔”の魔法
- 10 まちのトピックス！  
担い手女性グループ加工研修会／小学生がバドミントン大会で活躍／消防団出初式／やつしろTOMATOフェスタ／熊日都市対抗駅伝大会／氷川町長寿表彰／県農業コンクール大会表彰式／イオン香港晩白柚プロモーション／下池にヘラブナ放流／集落営農組織育成セミナー／氷川町文化講演会／全国・九州大会出場者激励会
- 14 すくーらいふ（竜北中学校）
- 16 3月カレンダー  
行事予定表／休日在宅医／まちへのホットライン／休日救急歯科診療
- 18 けんこうだより
- 19 こころの健康コーナー／認知症キャラバンメイトだより
- 20 第10回氷川まつり
- 21 春の風物詩『初市』
- 22 第9回ふれ愛スタディ in 氷川／立神峡が国指定名勝となります
- 23 ひかわスポーツクラブたより！！
- 24 立神峡里地公園だより
- 25 町民文芸
- 26 ぐらしの情報
- 31 伝言板／ひとのうごき
- 32 ひかわっ子写真館／氷川町ひなまつり展／編集後記