

# 誕生おめでとう

4月16日～5月15日届出分(8人)

あかちゃん 性別 保護者 誕生日 公民会

黒木 耕史郎 男	康	4・2	あながわ
宇都 萌花 女	孝法	4・8	あながわ
木原 颯仁 男	章太	4・10	東谷
三雲 流綾 男	惣哉	4・19	山崎上
高下 雫 女	義秀	4・23	湯田原
鬼塚 十矢 男	一成	5・3	川原町
馬立 洵 女	茂	5・6	城之口
高木 智哉 男	勉	5・10	上中福良

## おくりやみ申し上げます

4月16日～5月15日届出分(33人)

なくなった人 年齢 届出人 公民会 死亡日

吉原 武信	80	吉原キミ子	南川	4・15
山内ハツメ	99	南原 凉子	京塚原	4・19
増田 武夫	88	山崎 英生	マモリエ	4・20
米丸 和利	79	米丸キヌ子	大願時	4・21
外園 タツ	90	今西 貢	梁原	4・22
立本 輝雄	77	立本ナルミ	上狩宿	4・24
川本 ツル	78	川本 泉	下京塚原	4・24
折口トキノ	83	内田 徳雄	木 洪	4・26
濱田又三エ	96	濱田 稔	時吉町	4・26
川畑 ミ子	78	川畑 勇一	荒瀬	4・27

末吉 安行	80	北原 孝子	山崎町	4・28
上野 トヨ	95	堂園 勝男	鶴宮園	4・29
児島 光良	91	児島 節子	旭	4・29
黒木 順子	58	黒木 芳能	新町	4・29
宮園 眞一郎	42	宮園 隆子	五日町	4・30
永江 秀則	81	永江ハルエ	別野	4・30
折小野 哲	64	折小野三吉	折小野	5・2
星原 安正	87	星原 鶴	屋地馬場	5・3
野田 勝實	80	野田キヌエ	虎居町	5・3
上境田生郎	65	上境田武子	下狩宿	5・3
有村 實憲	79	有村 憲昭	一ツ木	5・4
東条モチエ	91	東条 勇	下京塚原	5・4
上之園克子	71	上之園和久	天神	5・4
山内 忠義	64	山内 洋子	東	5・4
堂ノ脇敏彦	68	堂ノ脇一則	船木西	5・5
寶満サチ子	87	寶満 誠	北原	5・7
勝目 恵美	44	勝目 正隆	湯田原	5・8
栗野 寅夫	80	栗野 建生	湯田上	5・9
上野 十吉	88	上野 静子	五日町	5・10
花吉貴美子	47	花吉 孝志	西町	5・10
高嶺登志江	76	高嶺 忠志	高嶺	5・10
折小野三太郎	89	折小野 了	折小野	5・14
神馬場オツ子	101	神馬場忠章	別野	5・14

※「誕生、おくりやみ」は、届出人が同意された方だけ掲載しています。

## 篤志寄付

町社会福祉協議会へ  
・紫尾区大衆浴場 上之原 純 夫  
・久富木区公民館

## 健康だより

こころの健康づくりシリーズ③ 鹿児島県川薩保健所 さつま町健康増進課

「本町は自殺者数が多い地域であるが、予防することは可能である」と、前号でお話ししましたので、今回は具体的な取り組みについて考えてみましょう。

### ◆自殺予防のための重要なポイント

- ① 自殺やうつ病といったこころの問題に地域全体で関心を持つこと
- ② 自殺者を地域ぐるみで減らすという連携体制をつくること
- ③ 自殺の背景にうつ病などこころの問題があることを周知すること
- ④ 地域の皆さんがうつ症状に早めに気づくこと
- ⑤ 気軽に相談できる窓口や相談できる体制をつくっておくこと
- ⑥ 治療が必要な場合には躊躇なく良くなるまで気長に行うこと
- ⑦ うつやうつ病に関する正しい知識を持つこと
- ⑧ うつ症状のある住民の方への正しい対処の仕方を承知しておくこと

### ◆うつ病のことを正しく知りましょう

特にうつ病に関する正しい知識をぜひ皆さんに持っていただきたいものです。自殺の原因として重要なうつ病は、遺伝病ではありません。本人が根性のないわけでも、怠けているわけでもありません。女性に多く一生のうち4人

に1人、男性でも8人に1人の割合で治療の必要なうつ病になるとされています。しかし、うつ病はなかなか気づかないものもあります。活力がなくなり、仕事や遊びも楽しくなくなったり、眠れない時など、川薩保健所や役場に気軽に相談してみましょう。

### ◆これからの「こころの健康」へつなぐ「つながり」の活動

各種の団体や機関の方々のご協力をいただき、地域の皆さんに自殺予防とうつ病への正しい知識の普及に取り組むことにしています。ご活用ください。

- ① ポスター・チラシ・パンフレットなど【役場や公民館、交番などに掲示・配備】
- ② ホームページ
- ③ 【川薩保健所のホームページ】こころのケアパッジ【皆さんに付けていただきたいものです】
- ④ 人形劇DVD【15分から25分程度の5つのシナリオが入ったDVDを作成しました。ぜひ、ご覧ください】
- ⑤ 健康講話や健康まつり、各種団体の総会等でティッシュやアロマメモ、「こころのケア」カットパン等の配布など