

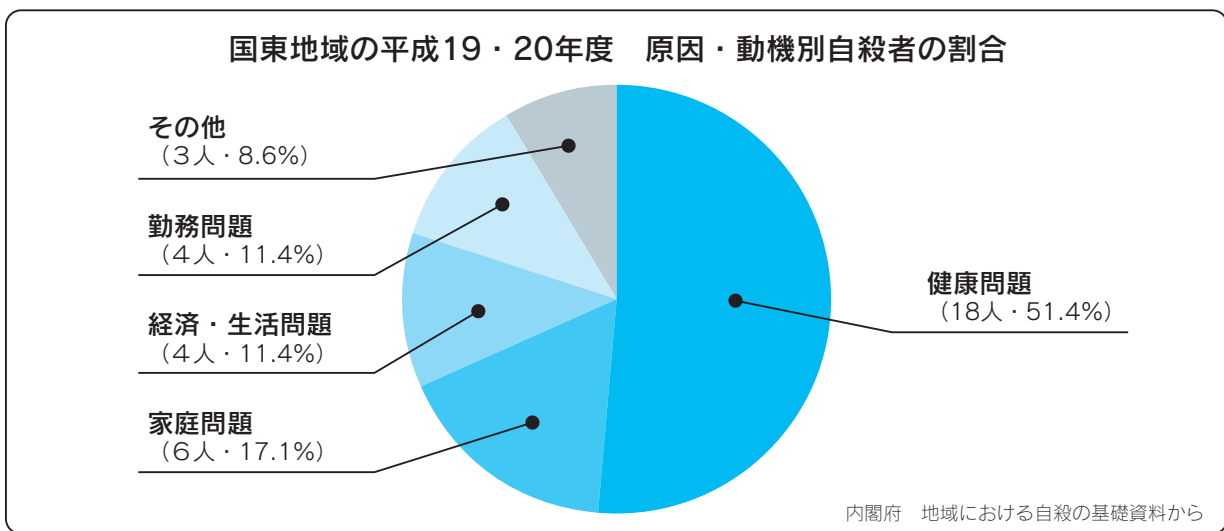


あなたのこころの健康づくり



9月に各戸配布した左上図の小冊子の裏に国東市の現状や相談窓口を掲載しましたが、ご覧になりましたか？

性別と年代別の自殺者数の統計から国東市では**男性の自殺者が多く、年代は50～60代の方が多い傾向にある、最近では20代の自殺者もでてきている**ことをお知らせしました。自殺の原因・動機別自殺者数の統計(平成19・20年度)は下図のとおりです。



自殺の動機として最も多いと言われる「**健康問題**」が国東市でも一番多く、次に「**家庭問題**」そして「**経済・生活問題**」「**勤務問題**」と続いています。健康問題のうち**精神疾患**が多く、内訳として**うつ病**や**統合失調症・社会不安症**等が見られ、身体疾患では、**がん**や**脳梗塞**がある人もいました。

しかし実際には、理由は単一でないと考えられます。さまざまな動機が絡みあったり把握できていないものも多くあると思われます。

さらに、自殺未遂者は**自殺者の10倍**にのぼるといわれていますが、国東市でも実態は把握できていません。自殺は本人や家族だけの問題ではなく、もはや**社会全体**で取り組むべき深刻な問題となっています。

私たち一人ひとりが、**自殺は決して他人事ではない**ということを認識し、正しい知識を持つように努めることが、自殺を防ぐ大きな原動力となります。

今回は「自殺に追い込まれる人の心理」について詳しくお話していきます。

ご注意！ 感染症

激しいせきが続く「**マイコプラズマ肺炎**」が流行しています。感染予防はインフルエンザと同じです。帰宅後や食事前のうがい・手洗いを励行し、マスク着用などの「せきエチケット」を徹底してください。

問い合わせ

国東保健センター
国見総合支所地域市民健康課

☎0978-73-2450
☎0978-82-1112