

健康ほくほく通信

図 保健介護課 保健係 内線3113～3116

No.35 SOSの静かな声が届くために



毎年3月は自殺対策強化月間です。

令和4年の全国の自殺者は2万1,584人(速報値)となり、前年より557人増え、中年期の男性で大幅に増えました。コロナ流行が始まった2020年に11年ぶりに増加となり、高止まりが続いています。10代の若年者も高い水準となっており、今後も社会情勢とともに注視が必要です。

「死にたい」と思う人の7割以上が誰にも相談しない

ある調査によると、自殺を考えた人のうち、誰かに相談した人は3割程度で、さらにその中で、家族や友人など近い人に相談したのはわずか2割程度です。

自殺を考えるほど辛い状況でも、多くの人はそれを周囲に明かさないことがわかります。実際に家族や友人が突然命を絶った事実、周囲の人はショックが隠しきれません。

子どもたちに“SOS教育”しています

2年前から保健係地区担当の保健師が、町内すべての小学校6年生を対象にSOS出前授業を行っています。

SOS教育という言葉は初めて聞いたのではないのでしょうか。この授業は自殺予防の一環として行うもので、命や暮らしの危機に直面したときに、誰にどうやって助け(支援)を求めればよいのか、またはそれをどうやって受け止める(支援する)のかを考えます。

SOS教育で何を学ぶのか

- ◆悩みを相談できる人は身近にいますか？
- ◆SOSは具体的にどのように表現すれば相手に伝わりますか？
- ◆どうして様々な相談窓口があるのでしょうか？
- ◆周りからのSOSに対してあなたならどうしますか？

みなさんは答えられるのでしょうか。

「助けて」と求められない心を認めながら、それでもどうしたら困難を乗り越えてしなやかに生きていくことができるのか。その方法を学べるヒントがSOS教育にはあります。ひとりで抱え込まず、必要なときには誰もが安心してSOSが出せる町になることを願って取り組んでいます。

北宇和病院
だより



院内クラスターの発生について

昨年末より年明けにかけ、当院においても入院患者様、医療スタッフ、事務職員合わせて50人規模のクラスター(集団感染)が発生いたしました。感染拡大防止のため、外来診療など通常医療を休止せざるを得なくなり、皆さまには大変ご迷惑とご心配をおかけしました。あらためてお詫び申し上げます。

約2週間の経過で感染拡大は収束を迎えましたが、新型コロナウイルスの感染力の強さ、感染拡大の速さを痛感しました。当院だけでなく県内全域の医療機関、福祉施設などでクラスターの発生が繰り返されています。5類への引き下げ、マスク着用見直しなど、日常生活においてはwithコロナへと進んでいますが、医療機関においては依然として感染予防の徹底が必要と考えられます。院内でのマスク着用、来院時の手指消毒など、引き続きのご理解とご協力をお願いいたします。

「ワークキングススペース」で毎日行われている、吊るし雛づくり。複雑で細かな針仕事に、「たくさん作るのは無理よ」と最初は弱腰だった住民ボランティアの方々が、見る見るうちに技が上達。協力者もどんどん増えて、今ではワークスペースの窓いっぱい飾れるほどになっています!



今月の一枚

編集後記
▼1月28日に日吉で行われた「地域再生について考える講演会」に参加し、義農武左衛門の活躍や、井谷正命・正吉の村づくりに触れて、改めて地域の歴史に興味・関心が湧きました。日吉では、小中学校で郷土学習を行うなど、地域の歴史の伝承活動に積極的です。先人たちが大切にしてきた、地域のアイデンティティを次世代へ脈々と継承していくことが、地域活性化の近道。郷土の歴史を雄弁に語れる、カッコイイ大人になりたいと思いました。(輝)