

多くの大切な「いのち」を守るために 知っておきたいこと…

*** 9月10日～16日は自殺予防週間です ***

自殺の現状を知っていますか？

全国で年間約2万500人が自殺により亡くなっています。8年連続で減少していますが、若年層の自殺者は増加傾向にあり、社会を挙げて自殺予防に取り組んでいく必要があります。

こころの赤信号が灯りやすいとき

「職場や家庭の問題」「健康問題」「経済問題」など、ストレスの要因は年齢や性別、立場によって様々です。多くのストレスが積み重なるほど、うつ病のリスクは高まりますが、結婚や昇進など、喜ばしいライフイベントがうつ病のきっかけになることもあります。自分自身のストレス要因を知っておくことが大切です。

身近な人がSOSを発していたら…

もし、「死にたいほどつらい気持ち」を打ち明けられたら、とにかく話を聞いてあげてください。つらい気持ちに共感することが大切です。そして1人で抱え込まず、相談機関の利用や受診を勧めましょう。一人で抱えきれない時には誰かに相談することが大切です。

▶相談機関一覧

相談窓口	電話番号	時間
上三川町健康福祉課 成人健康係	0285(56)9133	・月～金曜日(祝日、年末年始除く) ・午前8時30分～午後5時15分
栃木県精神保健福祉センター	028(673)8785	・月～金曜日(祝日、年末年始除く) ・午前8時30分～午後5時15分
県南健康福祉センター	0285(22)6192	・月～金曜日(祝日、年末年始除く) ・午前8時30分～午後5時15分
こころのダイヤル	028(673)8341	・月～金曜日(祝日、年末年始除く) ・午前9時～午後5時
栃木いのちの電話	028(643)7830 (0120(783)556)	・毎日、24時間 (毎月10日午前8時～ 翌日午前8時までフリーダイヤル)
【18歳まで対象】 チャイルドライン (NPO法人チャイルドライン 支援センター)	0120(99)7777	・月～土曜日(年末年始を除く) ・午後4時～午後9時

▶問い合わせ先=健康福祉課 成人健康係 ☎569133

日用品、生活雑貨、作業用品、季節の商品、LPガス、灯油

暮らしの店 **海老原善次商店**

商品1個から配達します。お気軽にご注文ください。 ☎ 0285-56-2065

ギャラリー &
多目的スペース

やねうら

ご利用を、随時受け付けています。
お気軽にお申し込みください。

上三川町上三川4879 FAX 0285-56-0390 URL <http://ebiharashouten.com/>



9月9日は「救急の日」、 8日～14日は「救急医療週間」です

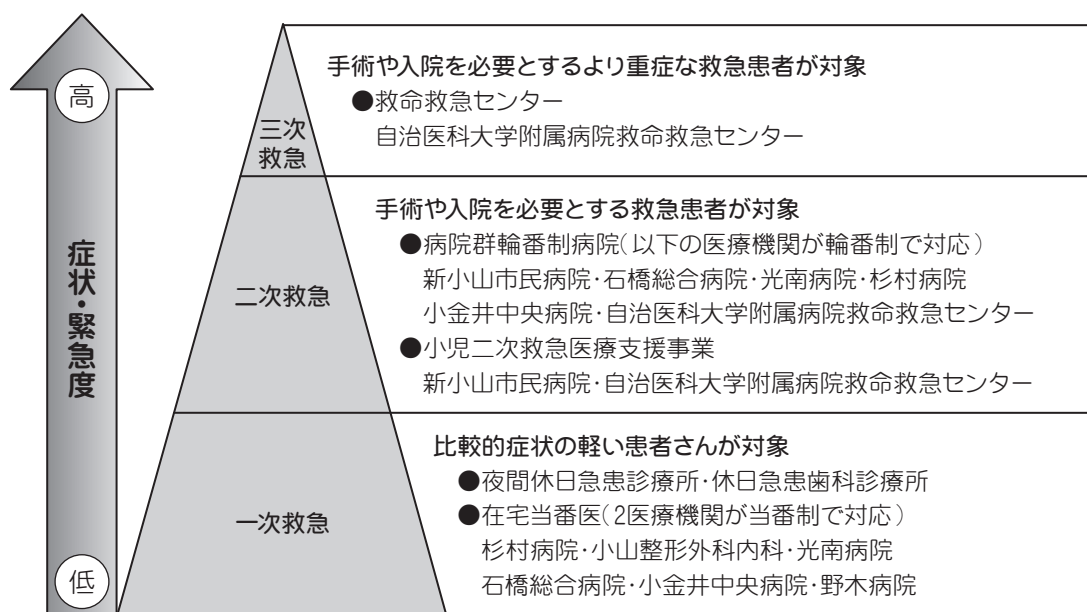
夜間や休日に「日中より空いている」「仕事を休まなくて済む」などの理由で救急医療機関を受診したり、軽い症状なのに救急車を呼んだりすると、本当に救急医療が必要な方への対応が遅れてしまう恐れがあります。

誰もがいつでも安心して救急医療を受けられるように、救急車や救急医療機関の適切な利用をお願いします。



▶上三川町の救急医療体制

救急医療は症状に応じて、次の3つの体制がとられています。
症状が軽い場合は、一次救急の「夜間休日急患診療所」や「在宅当番医」を受診してください。



▶これからも安心して救急医療を受けられるようにするための3つのお願い！

- ①かかりつけ医をもちましょう
- ②できるだけ日中の診療時間内に受診しましょう
- ③救急車は本当に必要な時だけ利用しましょう



▶問い合わせ先=健康福祉課 成人健康係 ☎569133

2019年12月～

順次

上三川町全域に

ケーブル
テレビが

開局します!

栃木ケーブルテレビを運営するケーブルテレビ(株)は現在、栃木県栃木市・下野市・壬生町、及び群馬県・茨城県の各一部地域の北関東エリアで光ファイバーを使用し、4K放送をはじめとしたデジタルテレビ放送、最大3Gbpsの超高速インターネット、固定電話等の様々なサービスを提供しています。そのケーブルテレビ(株)が2019年12月より、上三川町に開局することになりました。ケーブルテレビ独自の地域情報番組では街のイベント・学校行事・お店紹介・行政情報・災害情報の発信など地域の皆様の安心・安全・地域文化の向上に寄与する身近な情報を放送いたします。
※ケーブルテレビの利用には申込と工事、月額利用料金が必要となります。

料金・サービスに関する
くわしいお問い合わせは **CATV 栃木ケーブルテレビ** ☎0120-25-1819

日赤会費へのご協力 ありがとうございました!

5月に募集しました日本赤十字社会費(寄付金)は、総額3,565,337円となり、日本赤十字社栃木県支部に送金いたしました。ご協力ありがとうございました。

この会費は、日本赤十字社が行う国の内外における災害救護活動をはじめ、血液事業や国際活動、社会福祉事業などの人道的活動の資金となります。

▶問い合わせ先=
健康福祉課 福祉人権係 ☎569128