

いのちの大切さについて振り返ってみませんか

12月1日はいのちの日

日本ではここ10年以上、自殺で亡くなった人が年間3万人を超えています。さらに、自殺未遂者はその10倍以上ともいわれています。自殺に至る背景には、景気や生活問題、職場環境、家庭環境などさまざまな要因が絡んでいます。

厚生労働省の調査によると、うつ病などの気分障がいを抱えている人は、通常より自殺の危険性が6倍高く、睡眠障がいのある人は28倍高くなることが明らかになっています。現代のストレス社会では、心身の健康を損ない、こころの病気になることは決してめずらしいことではありません。

おめでとうございます！

全国自治会連合会表彰受賞

山本喜三雄さん
(岡)

精神的ストレスや心身の疲労でうつ病などのこころの病になり、自殺に至るといふ最悪の結果を招かないために、ぜひ自分のこころの声、周囲の人のこころの声を聴いていきましょう。こころの声を聴き、早めに対処することは、誰にとっても大切です。

■うつ病とは？

落ち込みや悲しみ、不安など憂うつな状態が長引いてしまう病気です。脳の神経伝達物質のバランスの乱れが原因ともいわれており、誰でもかかる可能性があります。

■うつ病が疑われたら：周りの人ができること

身体の病気と同様にこころの病にも早期発見・早期治療が必要です。そのためには、言動や行動、身体の不調など「いつもと違うな」という変化に早めに気付くことが重要です。少しでも気になったら、ゆっくりと話を聞いてあげる、休養を勧めてみる、必要であれば医療機関の受診や、こころの相談窓口などへの相談を勧めてみましょう。気になる様子が見られたら、まずは「最近、ちゃんと眠れている？」という声かけから始めてみましょう。

山本喜三雄さんは、このたび、平成22年度全国自治会連合会表彰を受賞されました。

山本さんは、平成11年度から平成20年度までの10年間、岡自治会長として尽力され、平成16年度よ

り、治田学区自治連合会長として、住民福祉の向上と安心、安全のまちづくりの推進に大きく貢献されました。

また、栗東市自治連合会において、平成19年度から2年間、会

長を歴任されるとともに、平成20年には滋賀県自治会連合会長として、組織の発展に寄与されました。

問合せ：協働まちづくり課

☎ 551・0290 FAX 554・1123

こころやからだの不調の相談窓口

- 市 健康増進課 ☎ 554-6100 FAX 554-6101
- 家庭・障がい福祉課 ☎ 551-0113 FAX 553-3678
- 滋賀県立精神保健福祉センター ☎ 567-5010

こころの悩み相談

- 滋賀いのちの電話 ☎ 553-7387
(金・土・日の10:00～22:00)
- 京都いのちの電話 ☎ 075-864-4343 (24時間)

問合せ…健康増進課 ☎554-6100 FAX 554-6101
家庭・障がい福祉課 ☎551-0113 FAX 553-3678

おめでとうございます！

秋の叙勲・褒章、危険業務従事者叙勲受章

瑞宝双光章
市川浅司さん（総）

昭和30年4月に教員となり、平成5年3月に退職するまでの38年間、主に中学校社会科の教師として活躍。草津市立老上中学校教頭、栗東町教育委員会（当時）学校教育課長、守山市立守山小学校長などを歴任されました。

「私を支えてくださった皆さんのおかげで受章できたと感謝しています。教え子が成長し、立派な大人になった今でも、同窓会や手紙のやりとりで交流を深めていることは教師冥利に尽きると思います。担任をしていたころ、生徒たちに日記を書くよう指導し、その日記に返事を書いていたことが印象に残っています。今後は、子どもたちがやる気を持って学習に取り組めるよう、何かお手伝いができればいいなと思っています。」

瑞宝単光章
福井義之さん（下鈎）

昭和50年に郵政職員となり、平成17年に退職するまでの30年間、大津中央郵便局、草津郵便局で郵便配達業務に従事。草津郵便局第一集配営業課課長代理などを歴任されました。

「誤配や郵便物の盗難、交通事故がないように常に気を付けながら業務を行ってきました。郵便配達は地域に密着した仕事です。暑い日や寒い日、雨の日など配達が大変な日もあります。配達先のお客さまに「ありがとう」「ご苦労さま」と声を掛けていただけると励みになり、長く続けてこられたと感じています。退職後も契約社員として郵便事業会社で働いています。今までの経験を生かして、今後も望まれる限り仕事を続けていきたいと思っています。」

藍綬褒章
北川三好さん（中沢）

昭和49年5月に栗東町消防団（当時）に入団されて以降、まことの安全を守るためにご尽力いただいています。第4分団分団長、消防団副団長などを歴任され、今年4月からは市消防団団長を務められています。

「昭和57年の台風で地元中沢の葉山川が決壊したとき、家族をほったらかしにして出動するなど辛いこともありました。しかし、無事に火災を消し止められたときなど、消防団で活動してよかったと思うこともたくさんあります。また、滋賀県消防操法訓練大会ポンプ車操法の部で準優勝したことも印象に残っています。市民の皆さんの安全、安心を守るといふ自覚を持って団員をまとめ、今後も活動していきたいです。」

瑞宝双光章
池崎忠夫さん（出庭）

「第15回危険業務従事者叙勲」を受章。昭和36年4月に警察官となり、退職までの36年間、主として刑事・保安部門の業務に従事。滋賀県警察本部生活保安課長、捜査第一課長、守山警察署長、草津警察署長などを歴任されました。

「殺人、強盗事件をはじめ、暴力団による凶悪事件、覚せい剤などの薬物事犯の捜査で事件の解決に努めてきました。いずれも極めて厳しいものでしたが、治安維持に努められたことを誇りに思っています。このことは捜査に従事した捜査関係者の献身的な努力や県民の皆さまのご協力のおかげであり、感謝の気持ちでいっぱいです。今後もこの経験を生かし、犯罪のないまちづくりのため、貢献していきたいと思っています。」