

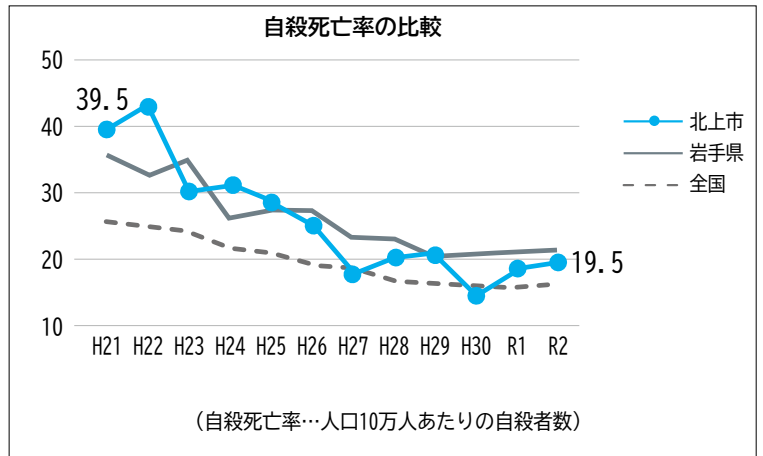
9月は岩手県自殺防止月間です

岩手県自殺予防宣言 キャッチフレーズ「みんなでつなごう いのちとこころの絆」

令和2年の岩手県の自殺死亡率は、平成26年以来の全国ワースト1位でした。また、コロナ禍の長期化による経済状況の悪化などの社会的要因によって、今後自殺のリスクが高まることが懸念されています。

県では平成27年に自殺予防宣言を行い、9月を自殺防止月間として、県民と共に自殺予防に取り組む社会づくりを進めています。

市の近年の自殺死亡率は県を下回っていますが、「いのちを大切に、ともに支え合う北上」を目指して、悩んだときに相談しやすい環境づくりを進めています。日ごろから心身の健康に関心を持ち、あなたや、あなたにとって大切な人が悩みを抱えていたら、下記の窓口へ相談してください。



■問い合わせ…健康づくり課 ☎72-8296

-こころの健康に関する相談先-

こころの耳

(働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト)

新型コロナウイルスの影響による不安やストレスに関する情報、相談窓口などを紹介しています。トップページから検索できます。



よりそいホットライン

☎0120-279-226 (フリーダイヤル)

FAX 0120-375-727

※年中無休で24時間対応。チャットやSNSによる相談にも対応可能です。



こころの体温計

(メンタルチェックシステム)

ストレス度を簡単にチェックできます。また、市内外の身近な相談窓口の情報を確認できます。



市への相談

健康づくり課 (hoKko 2階) で、心身の健康に関する相談に応じます。

■電話相談 (予約不要)…土・日曜日、祝日を除く 8時30分～17時 ☎72-8296

■来所相談 (要予約)…土・日曜日、祝日を除く 9時15分～12時、13時～16時

かしこく歳を重ねるための豆知識

くらし・健康づくりに役立つ情報をお届けします!

☎長寿介護課 ☎72-8221



知ろう認知症 支えよう大切な人 9月は「世界アルツハイマー月間」です

アルツハイマー病は、認知症の原因疾患の一つです。1994年、国際アルツハイマー病協会は世界保健機関(WHO)と共同で、毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と決めました。

認知症に関する誤解や偏見をなくし、認知症になっても安心して過ごせるよう、私たち一人一人ができることを考えてみませんか?

①認知症を正しく理解する

認知症は身近な脳の病気です。さまざまな原因で記憶力や思考力、判断力などが低下し、生活に支障が出ます。

②対処の仕方を知る

早期発見・早期対応が肝心です。「認知症かも」と思ったら、地域包括支援センターなどに相談してください。

③認知症の人を支える

周りの人が認知症の人やその家族を理解し、適切に対応できればお互いに安心して暮らすことができます。

④発症・進行を先送りする

運動不足の改善や生活習慣病の予防、社会参加などで発症・進行を先送りできることが分かってきました。これらにも努めましょう。

岩手中部地域医療情報ネットワークシステム「いわて中部ネット」に参加しませんか！

いわて中部ネットは、岩手中部地域（北上市、花巻市、遠野市、西和賀町）の病院・クリニック、歯科、薬局、介護事業所などの施設が、患者や利用者の医療や介護の情報＝「地域のカルテ」を共有し、より安全で質の高いサービスを提供することができるシステムです。各施設や患者らがそれぞれ参加して各施設で地域のカルテを共有することで、医療機関ご

との検査や薬の重複が少なくなったり、緊急時にもスムーズに治療や介護サービスを受けることができるようになります。

■申し込み・問い合わせ…NPO法人岩手中部地域医療情報ネットワーク協議会事務局（花巻市大通り二丁目6-23）
 ☎0198-41-8289（受付時間：土・日曜日、祝日を除く9時～17時）



休日当番医（9時～17時）

月日	当 番 医	
8月29日 (日)	日高見中央クリニック 北鬼柳22-46 ☎61-0888	前田皮膚科医院 新穀町二丁目1-17 ☎64-0770
9月5日 (日)	きたかみ駅前内科クリニック 大通り一丁目3-1 2階 ☎61-3372	さやかクリニック 飯豊20-123-1 ☎72-7228
9月12日 (日)	立正堂医院 相去町西野32-1 ☎67-2708	たまだ江釣子クリニック 上江釣子16-129-1 ☎77-5656
9月19日 (日)	さくらの内科クリニック 大曲町7-20 ☎61-5060	わたなべ脳神経外科クリニック 町分18-96-1 ☎65-5777
9月20日 (月)	かさい睡眠呼吸器クリニック 堤ヶ丘一丁目9-32 ☎61-6590	とどり小児科医院 大通り四丁目3-5 ☎64-1603
9月23日 (木)	中島医院 中野町三丁目2-8 ☎65-6151	いとう小児科クリニック さくら通り一丁目5-11 ☎61-5155
9月26日 (日)	みなみ内科クリニック 鬼柳町荒高35-1 ☎62-3730	藤田眼科医院 上江釣子17-204 ☎71-5222

※発熱がある場合は、事前に電話相談のうえ受診してください。
 休日当番医などは変更になることがあります。保険証を忘れずに持参してください。

日曜日当番整骨院（9時～17時）

月日	施 術 所	月日	施 術 所
8月29日 (日)	とどり接骨院 鬼柳町都鳥38-1 ☎67-5210	9月19日 (日)	大河原整骨院 本通り三丁目1-26 ☎65-0104
9月5日 (日)	山内接骨院 有田町11-32 ☎63-6505	9月26日 (日)	佐藤整骨院 大通り一丁目6-8 ☎63-3725
9月12日 (日)	大和接骨院 常盤台一丁目20-1 ☎63-8611		

休日当番歯科（9時～12時）

月日	歯 科
9月19日 (日)	門神歯科クリニック 和賀町横川目36-16-10 ☎72-4180

※第3週目以外の日曜日には開院している歯科があります。電話連絡の上、受診してください。発熱などの症状がある場合は、受診をお断りすることがあります。

休日当番薬局（9時～17時）

月日	薬 局	
8月29日 (日)	すずらん薬局 北鬼柳22-36-11 ☎61-2277	あかり薬局新穀町店 新穀町二丁目3-26 ☎72-8806
9月5日 (日)	中央調剤薬局岩手県立中部病院前支店 村崎野17-22-1 ☎68-4976	
9月12日 (日)	リリイ薬局北上店 飯豊20-123-1 ☎72-6691	銀河薬局村崎野店 村崎野17-171 ☎66-7121
9月19日 (日)	ほのぼの薬局 相去町相去51 ☎71-2727	イオン薬局江釣子店 北鬼柳19-68 ☎62-7001
9月20日 (月)	かたくり薬局 大通り四丁目3-1 ☎61-3351	かたくり薬局 大通り四丁目3-1 ☎61-3351
9月23日 (木)	すずらん薬局 北鬼柳22-36-11 ☎61-2277	すくらむ薬局 さくら通り一丁目5-7 ☎61-3388
9月26日 (日)	日本調剤北上薬局 鬼柳町荒高33-1 ☎62-7272	あんず薬局 上江釣子17-218-2 ☎71-5665
	中央調剤薬局岩手県立中部病院前支店 村崎野17-22-1 ☎68-4976	

こども救急電話相談実施中

岩手県医師会が運営する夜間のお子さんの病気や応急処置についての相談窓口です。看護師がアドバイスします。

＃8000または☎019-605-9000（年中無休 19時～23時）