

9月は東京都の自殺対策強化月間です

東京都は、9月10日の“世界自殺予防デー”、9月10日から16日までの“自殺予防週間”にあわせて、今月を「自殺対策強化月間」と定めています。

自殺に至った方々の多くが、健康・生活・仕事・お金など様々な問題や悩みを抱え、一人で抱え込んで心が追いつめられた状況になり、自殺に至っているとされています。自殺予防のためには、一人で抱え込まず、支え合うことが大切です。

【心と命の標語募集】

町では、心と命の大切さについての標語を募集します。奥多摩町でお過ごしのみなさんの言葉で、心の健康や命の大切さについて発信できたらと考えます。「心」「命」「人のぬくもり」「心の支え合い」「絆」「ふれあい」などをテーマとした、心のやすらぎ、生きる素晴らしさを標語で表現してみませんか？詳しくは、今月号の広報と一緒に自治会を通して配布したチラシをご覧ください。

心の危機にどう向き合う？心と命を守るための講演会 ～ゲートキーパー養成講座～

〔日 時〕 10月2日（水）午後1時30分～3時30分（受付：午後1時～）

〔講 師〕 東京都多摩総合精神保健福祉センター 副所長 橋本 直季 先生（精神科医）
青梅警察署 生活安全課 係員

〔会 場〕 文化会館視聴覚室

〔申込方法〕 福祉保健課へ電話で申し込みください

* 当日参加も可能ですが、資料準備と人数把握のためできるだけ事前に申し込みください。

* 駐車場に限りがありますのでなるべく公共交通機関をご利用ください。

* 詳しくは、広報と同時に配布するチラシをご覧ください。

※申し込み、問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777

公開講座

「糖尿病のことを知ろう～患者さんと糖尿病専門医からのメッセージ」

〔日時〕 11月16日（土）
午後2時～4時

〔会場〕 青梅市立総合病院
南棟3階講堂

〔内容〕 患者さんの体験談および糖尿病専門医（青梅市立総合病院・足立淳一郎先生）による講演（費用無料）

※申し込み、問い合わせは、
（一社）西多摩医師会
☎23-2171

森林セラピー健康づくり事業～町民対象～

①山里歩き～大丹波～くやや健脚向き>

〔日程・定員〕 10月 8日（火）・定員21名

②峰線作業道（赤指山コース・集落コース）くやや健脚向き>

〔日程・定員〕 10月30日（水）・定員18名

* 各コース定員9名

* 赤指山コースはトレッキングシューズ必携

〔参加費〕 500円（①②いずれも）

* 受付期間は、9月12日（木）午前8時30分から19日（木）午後5時15分まで

* 申し込みが7名未満の際は、ツアーが中止となる場合があります。

※申し込み、問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777

※ツアー内容の問い合わせは、

一般財団法人おくたま地域振興財団 ☎83-8855