



保健師の健康アドバイス

ひきこもり支援

① ひきこもりを正しく理解しよう

ひきこもりとは

学校や仕事などの社会参加を避け、原則6カ月以上にわたって自宅にとどまっている「状態」のことをいいます。買物や趣味の用事の時だけ外出して他者と交わらない場合も含まれます。

ひきこもり状態の人の数

国の調査では、15〜64歳の人のうちひきこもり状態にある人は115万人いるとされ、これを甘楽町の人口に当てはめると、約100人いると推計されます。

ひきこもりのイメージ

皆さんは「ひきこもり」と聞いてどんなことをイメージしますか。

「怠けている」「甘えていない」「親の育て方が悪いのではないか」などといったマ

イナスなことを連想しませんか。

しかし、ひきこもっている人の多くは「本当は普通に生活したい」と思っているのにそれができない苦しさを抱えて生きています。決して楽をしている訳ではありません。

ひきこもりは誰にでも起こり得る

人はさまざまなストレスが重なり心身が傷つくと、社会と距離を置きひきこもることがあります。これは、ストレスから身を守り生きていくために必要な行動で、誰にでも起こり得ることです。

問題は、ひきこもり状態が長引くと本人だけでなく家族も社会から孤立しやすくなり、誰にもSOSを発信できず、日常生活に支障が生じてしまうことです。

健康課保健係 ☎(67)5159

ひきこもりについて相談しやすい環境を整えるためにも「ひきこもりは特別なものではない」という認識を全ての人が持つことが大切です。

ひきこもりの相談窓口

- ☆にこにこ甘楽 健康課保健係 ☎67-5159
- ☆ // 福祉課福祉係 ☎67-5162
- ☆ひきこもり支援センター ☎027-287-1121 (群馬県こころの健康センター内)



連載 No.154

きらきら☆かんら 駐在所だより

進学・進級時に

要注意!

進学・進級時は、少年の生活環境の変化などに伴い、夜遊びや喫煙、万引きなどの犯罪に走ったり、インターネット利用を原因とした性的被害を受けるなど、悪質な犯罪被害に遭うことがあります。

そこで、群馬県警察では、少年の非行と犯罪被害を防止するために、街頭補導活動や広報啓発活動などを通じて、少年の規範意識の醸造と非行などを誘発・助長する有害環境の浄化対策を推進しています。

また、大切なお子さんを非行や犯罪被害から守るため、日頃から家族でコミュニケーションを図り、お子さんの生活リズムや服装・態度などの変化を見逃さな

いようにしましょう。

進学・進級を機に、スマートフォンなどの携帯電話や携帯ゲーム機を持たせる場合には、フィルタリング(有害サイトアクセス制限サービス)を設定したり、インターネットを安全・安心に使うための標語「おぜのかみさま」などを活用し、親子で安全な利用方法を話し合いましょう。

群馬県・セーフネット標語

お	おくらない(写真)
ぜ	ぜったいあわない(ネットで知りあった人)
の	のせない(個人情報)
か	かきこまない(悪口など)
み	みない(有害サイト)
さ	さがさない(出会い)
ま	まもる(ルール)



金井駐在所 林 昌宏さん



甘楽町図書館

開館 午前9時～午後7時
☎70-4660
✉rarakanra@town.kanra.lg.jp

▶お知らせ

【4月の休館日】

3日(月)、10日(月)、17日(月)、24日(月)

▶2023年・第65回「こどもの読書週間」

標語 ひらいてとじた 笑顔がふえた

期間 4月23日(日)～5月12日(金)

▶「電子図書館」に新しい本が追加！

電子図書館に新しい本が990冊追加されました。図書館貸出カードがあれば、スマホなどでいつでも本が借りられます。ぜひご利用ください。



▶甘楽郡小学校読書感想画・最優秀作品

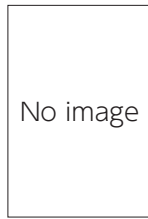
低学年の部

菊池梨心さん
(小幡小2年)



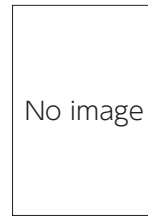
題名「大きなてぶくろのけんか」
書名『あかいてぶくろ』

NEW▶▶ 図書館に新しくいった本



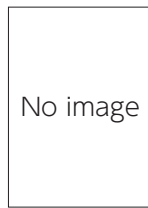
数学の女王
伏尾美紀著
講談社

博士号を持つ警察官をめぐるミステリー小説



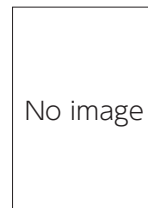
よき時を思う
宮本輝著
集英社

人生のよき時とは？



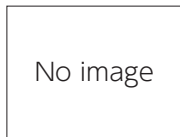
いちごのお菓子づくり
今井ようこ・藤沢かえで著
誠文堂新光社

和菓子から洋菓子まで



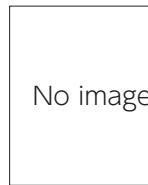
しんどくならない「ひとり暮らし」ハンドブック
華井由利奈著／光文社

新しい一歩を踏み出すあなたへ！



バンバンバンバン
バンソウコウ
いとうひろし作
ポプラ社

ゆかいなリズムえほん



ふしぎいっぱい！
学校の木
高柳芳恵文・写真
偕成社

きみの学校にはなにがあるかな？

世帯・人口



世帯	5,076 (△1)
人口	12,552 (△15)
男	6,208 (△7)
女	6,344 (△8)
転入	27
転出	29
出生	4
死亡	17

2月28日現在
(前月末比)

住宅用火災警報器を設置した場合、設置していない場合に比べ死者と焼損面積が半減し、損害額は4割減になるなど、火災を早期に見つけるために大変有効です。



備えて安心！

詳しく知りたい人は、甘楽分署へ直接お問い合わせください。

告されています。

住宅火災で亡くなった人の多くは「逃げ遅れ」が原因で命を落としています。特に夜間就寝中の「逃げ遅れ」が多く報告されています。

「いざ」というときに正しく作動するように、定期的に点検を行いましょう。また、設置後10年を目安に交換しましょう。

煙や熱を感知して音声やブザーで火災の発生を知らせる警報器です。

住宅用火災警報器は、火災を感知するために常に作動しています。

住宅用火災警報器とは

点検交換は？

住宅用火災警報器について

安心



☎(74) 3139

甘楽分署通信



連載 No.8