



保健師の健康アドバイス ひきこもり支援

健康課保健係 ☎ 5159 (67)

② ひきこもりの要因

ひきこもりになるきっかけはさまざまです。不登校からそのままひきこもりになることもあれば、職場でうまくいかないことがきっかけでひきこもりになることもあります。中にはきっかけが何か、自分自身でも分からないということもあります。

しかし、ひきこもりの原因は「きっかけ」ではありません。図1のようにいくつかの要因が絡み合った結果起こると考えられています。誰かが、何かが悪い訳ではなく、さまざまな要因が重なり合うと誰でもひきこもり状態に陥ります。

ひきこもりは病気なの？

ひきこもりは病気ではないので、治療を受ければ、ましてや服薬すればひきこもりの状態から抜け出せるとは言いません。

しかし、絡み合った要因の中には、体や心の病気が隠れていることがあります。本人の状態によっては医療機関へ通院し薬の助けを借りたり、診断を受けて障害福祉サービスなどを利用したりすることで、心が元気になる次の手立てが考えやすくなることもあります。

図2にあるような状態が続いているときは治療が有効と考えられますので、本人や家族だけで悩みを抱え込まずにご相談ください。

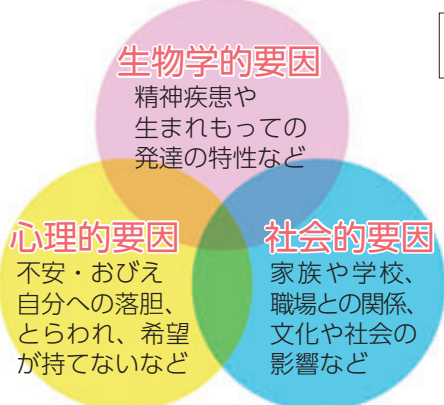


図1

- 図2
- ・ほとんど眠れていない
 - ・座っていられないくらい落ち着かない
 - ・同じ言動を執拗に繰り返す
 - ・極端に悪いことばかり考えている
 - ・全く活動している様子がない
 - ・過剰に疑い深くなっている
 - ・奇妙な発言や行動が多い
 - ・様子が別人のようになってきた
 - ・とてもつらそうにしている
- など



春の全国交通安全運動 5月11日～20日

連載 No.155

きらきら☆かんら
駐在所だより



小幡駐在所
川嶋健二さん

昨年は町内において交通事故が15パーセントも増加してしまいました。今月11日から20日に「春の全国交通安全運動」が開催されますので、次の項目を意識し少しでも事故が減るよう安全運転を心掛けましょう。

子どもをはじめとする歩行者の安全確保

新学期が始まり、通学に不慣れな子どもたちも歩いています。子どもが登下校する時間帯は、ゆとりを持って安全運転を心掛けましょう。



自転車のヘルメット着用と交通ルール順守の徹底

4月1日から道路交通法で自転車に乗る際の「ヘルメット着用」が努力義務化されました。交通事故において、非着用者の致死率は着用者の約2.2倍になっています。大切な命を守るためにも必ずヘルメットを着用しましょう。



交通事故の多くは「基本的な交通ルールが守られていない」「脇見やぼんやりなど運転者のちよっとした不注意」が原因で起こります。皆さんの力を合わせ、悲惨な事故を一件でもなくしていきましょう。



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 【5月の休館日】

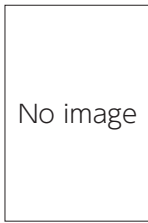
1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、29日(月)
※5月2日(火)～5日(金・祝)
・図書館エリア 午前9時～午後5時
・貸館エリア 午前9時～午後10時

▶図書館“プチ雑学” その1 「読書週間の歴史」

1947年、戦争の傷痕が残っている中「読書の力によって、平和な文化国家をつくろう」と、出版社や公共図書館、マスコミが連携し『第1回 読書週間』が開催されました。この活動が大きな反響を呼び、運動は全国に広がっていきました。

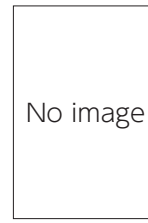
また「こどもの読書週間」は1959年から始まり、4月2日「国際子どもの本の日(多様な背景を持つ人々の相互理解を促し、子どもたちにとって平和な未来の実現を目指す)」、4月23日「サン・ジョルディの日(スペイン・カタルーニャ地方の伝統の日で、親しい人に気持ちを込めて本や花を贈り合う)」などの記念日に合わせ、4月23日から5月12日に定められました。

NEW▶▶ 図書館に新しく入った本



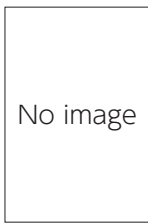
真珠とダイヤモンド
上・下
桐野夏生著
毎日新聞出版

「ジャンル・桐野夏生」
が書くバブル時代



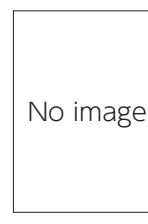
答えは市役所3階に
2020心の相談室
辻堂ゆめ著/光文社

あなたはコロナ禍を
どう過ごしましたか？



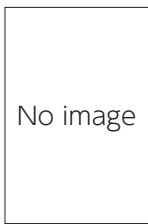
ほどよく忘れて
生きていく
藤井英子著
サンマーク出版

自分をいたわる方法



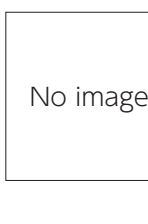
ヤングケアラー
濱島淑恵監修/文芸室

ヤングケアラーって
なあに？



どっぴい！
森楚こみち著/国土社

負けたくない！少年力士
たちのおはなし



きみのことが
だいすき
いぬい ささこ さく・え
パイインターナショナル

そっとこころによりそう
絵本



世帯	5,081 (5)
人口	12,536 (△16)
男	6,209 (1)
女	6,327 (△17)
転入	42
転出	46
出生	6
死亡	18

3月31日現在
(前月末比)

後遺症の軽減が期待できます。
▼**ドクターヘリの運行方法**
・消防機関の要請により出動。
・あらかじめ設定した場所
(ランデブーポイント)に
着陸して、患者を搬送して
きた救急隊と合流。

皆さんへお願い
ヘリコプターが離着陸する
時は騒音や強い風が発生する
ため、消防職員が消防車で出
向いて安全管理を行います。
お近くで離着陸する場合に
は、ご理解とご協力をお願い
します。



ドクターヘリについて

ドクターヘリとは

ドクターヘリは、救急医療
に必要な器材と医師・看護師
をヘリコプターに乗せて、救
急現場やその近くまで出動す
る「究極の往診システム」です。
医師による治療がいち早く
始められ、短時間で病院に搬
送できるため救命率の向上や

・運行時間は午前8時45分か
ら午後6時(または日没30
分前のいずれか早い方)ま
で。365日体制で運航。
※悪天候の場合などには出動
できないことがあります。

甘楽分署通信

☎(74) 3139

