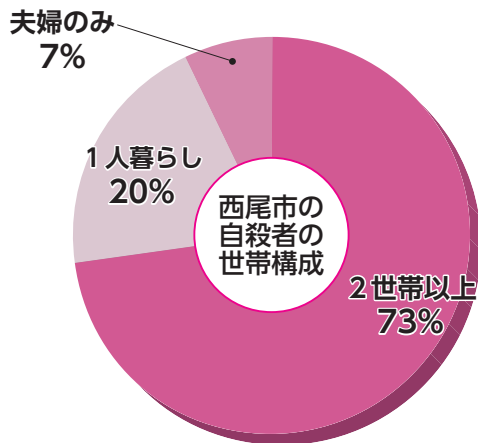




健康通信

気付いてください 大切な人のSOS
～3月は自殺対策強化月間～

問西尾市保健センター(☎ 57・0661)

1年間にどれだけの命が自殺で失われているかご存じですか。西尾市では毎年約30人の方が自ら命を絶っています。これは交通事故死亡者数の3倍～5倍です。自殺を図った方はうつ病などの精神疾患を発症していることが多く、その影響で正常な判断力や生きる意欲を失っているといわれています。

周りにこんな人はいませんか このSOSチェック

- 「眠れない」とよく□にするようになった
 - 食欲がなくなった
 - 体調不良を訴えることが増えた
 - 表情が暗く、ぼんやりすることが増えた
 - 集中力がなくなり、仕事の能率が悪くなった
 - 遅刻や欠勤、早退が増えた
 - 周囲との交流を避けるようになった
 - 趣味やスポーツで外出しなくなった
 - 新聞やテレビに関心がなくなった
 - 飲酒の量が増えた
- 右のような症状が2週間以上続く場合は、医療機関に早めに相談してください。

一般的に、自殺者は一人暮らしよりも、家族などと暮らししている方が多く、西尾市でも自殺者の約8割が、家族などと暮らししていました。家族などの身近な人に、普段から不眠や食欲の低下などの症状はありませんか。周りの大切な人のSOSのサインを見逃さないでください。

相談窓口

心の健康・悩みに関すること

▼名古屋いのちの電話(☎052・931・4343)

受付時間 毎日 24時間

▼西尾保健所(☎56・5241)

受付時間 月～金曜日 午前9時～正午、午後1時～4時30分

▼地域活動支援センターめだか工房(☎54・6775)

受付時間 月～土曜日 午前9時～午後5時

※水曜日は正午まで

▼あいちこころほっとライン365(☎052・951・2881)

受付時間 毎日 午前9時～午後4時30分

▼西尾市保健センター(☎57・0661)

吉良保健センター(☎32・3001)

体に関すること

西尾市保健センター(☎57・0661)

吉良保健センター(☎32・3001)

市民病院Q&A

Q 女性内科外来が4月に再開するそうですね。詳しく教えてください。

副看護部長外来担当 神谷智子

A 女性内科外来は、男性と女性の「性差」を考慮した外来です。医師をはじめスタッフ全員が女性です。



近年、男性と女性ではかかりやすい病気やその症状、薬の効き方も異なると認識され、性差に基づいて治療されるようになってきました。女性の体は、年齢ごとに変化し、起こりやすい疾患も変わってきます。甲状腺疾患、過換気症候群、月経前緊張症、閉経後の高脂血症、動脈硬化、骨粗しょう症などは、女性に多く見られる内科疾患です。

複数の症状が重なると、どの科を受診するか迷うことがあります。女性内科外来では症状を総合的に診断し、治療を進めます。プライバシーに配慮し、納得するまで話を聴くなど、「どんなことでも相談でき、解決に向けて一緒に考える外来」を目指します。

診察は予約制で、診察日は原則、毎週火・木曜日の午前9時～正午です。月～金曜日の午後3時～4時30分に電話で内科外来に予約してください。

問市民病院管理課(☎56・3171)

図書館ナビ

Library Navi

おすすめの新刊

江戸庶民の読書と学び 著…長友千代治／勉誠出版

読み書き学問の芸を身に付けることが第一とされた江戸時代。出版された啓蒙書や実用書、版元や貸本屋の記録から、当時の人たちが、読書と学びに何を求めていたのかを探ります。



4月の映写会

館名	対象	日時	タイトル
西尾市立図書館	小学生以下	14日(土) 午前10時30分	ぴったんこ！ねこざかな1
	中学生以上	14日(土) 午後2時	スタンド・バイ・ミー
一色学びの館	中学生以上	28日(土) 午前10時	駅馬車
	小学生以下	28日(土) 午後2時	すずめんどんのおにたいじ
吉良図書館	小学生以下	21日(土) 午後1時30分	不思議の国のハローキティ
	中学生以上	21日(土) 午後2時30分	富士ファミリー
幡豆図書館	小学生以下	7日(土) 午前11時	カレーの国のコパール Vol.1
	中学生以上	7日(土) 午後2時	陽光桜

4月の休館日

全館共通 2日(月)・9日(月)・16日(月)・23日(月)
各館 西尾市立図書館 (☎56・6200) …19日(木)
一色学びの館 (☎72・3880) …なし
吉良図書館 (☎32・3400) …なし
幡豆図書館 (☎62・6588) …なし

4月のおはなし会

団体名など	対象	日時
▼西尾市立図書館		
よちよちさんのおはなし会	0～2歳児	12日(木)・26日(木) 午後3時30分
おはなしドキドキ	0～4歳児	10日(火)・24日(火) 午前10時30分
おはなしの会きらら	園児・小学生	7日(土) 午前11時
鶴城中学ボランティアズ	園児・小学生	21日(土) 午後3時
水曜おはなし会	どなたでも	4日(水)・11日(水)・18日(水)・25日(水) 午後3時30分
紙芝居のおはなし会	どなたでも	28日(土) 午前10時
▼一色学びの館		
ラッコランド	0～1歳児	19日(木) 午前11時
めそっこランド	2～3歳児	12日(木) 午前11時
土曜日のおはなし会	園児・小学生	7日(土)・14日(土)・21日(土) 午前10時30分
▼吉良図書館		
おはなしキラキラ	0～4歳児	4日(水)・18日(水) 午前10時30分
ひよこランド	2～4歳児	11日(水)・25日(水) 午前10時30分
よみきかせ会	園児・小学生	1日(日) 午前10時30分
土曜お話し会	園児・小学生	14日(土) 午前10時30分
おはなしくるりん	園児・小学生	18日(水) 午後4時
▼幡豆図書館		
いちごおはなし会	0～1歳児	24日(火) 午前10時45分
おはなしぴょん	2～3歳児	3日(火) 午前10時45分
幡豆よみきかせの会	園児・小学生	8日(日)・22日(日) 午前10時30分
はづっこおはなし会	園児以上	17日(火) 午後4時10分

児童館だより 4月

内容	対象	日時など
▼中央児童館 (☎57・5661)		
ちびっこ集まれ	0～3歳	12日(木)…大きくなったかな 19日(木)…リズム遊び 26日(木)…おいでおいで 午前10時30分～11時
おもしろあそび	小学生	21日(土)…紙きり遊び 午後2時～2時30分
卓球	小学生以上	午後1時～4時20分 春休み以外の火～金曜日は午後3時から
パパも遊ぼう	小学生以下と父親	14日(土)・28日(土) 午前9時～午後4時50分
▼吉良児童館 (☎32・1191)		
ちびっこ集まれ	0～3歳	6日(金)…リズム遊び 13日(金)…絵本・手遊び 20日(金)…親子体操 27日(金)…こいのぼり作り 午前10時30分～11時
ゲーム遊び	幼児～小学生	14日(土) 午前10時30分～11時
絵本・体操・手遊び	幼児	月～木曜日 午前10時30分～11時
エアポリン	幼児～小学生	21日(土) 午前10時30分～11時30分

- 就学前のお子さんが参加する場合は、保護者同伴でお越しください。
- 詳細は各施設に、直接お問い合わせください。
- 児童館全般については、子育て支援課こども福祉担当 (☎65・2108) へ。

内容	対象	日時など
▼一色児童センター (☎74・2800)		
ちびっこ集まれ	0～3歳	4日(水)…絵本・手遊び 11日(水)…リズム遊び 18日(水)…親子体操 25日(水)…こいのぼり作り 午前10時30分～11時
クイズ	幼児～小学生	29日(祝) 午前10時30分～11時30分
母の日のプレゼント作り	幼児～小学生	21日(土) 午前10時30分～11時30分
サンデーパパ作って遊ぼう(かっぱん)	幼児～小学生	8日(日) 午前10時30分～11時30分
▼幡豆児童館 (☎63・0131)		
ちびっこ集まれ	0～3歳	6日(金)…リズム遊び 13日(金)…読み聞かせ 20日(金)…手形をとろう 27日(金)…こいのぼり作り 午前10時30分～11時
輪投げ遊び	年少～小学生	15日(日) 午前10時30分～11時
制作	年少～小学生	火～日曜日 午後4時～4時30分 土・日曜日、祝・休日 午前11時～11時30分