

見逃さないでください！ 3月は「自殺対策強化月間」です
 ころのSOS



●最近こんなことが続いていますか？

- これまで楽しんでやれていたことが、楽しめなくなった
- 以前は楽にできていたことが、おっくうに感じるようになった
- 自分が役にたつ人間だと思えない
- わけもなく疲れたような感じがする
- 毎日の生活に充実感が感じられない

●身近に気になる人がいれば、次のことに注意して接しましょう。

- ・「夜眠れていますか？」など、身近なことから声をかけてみましょう。
- ・相手が悩みを話してくれたら、助言や結論を急がず、まずは相手の話をじっくり聞きましょう。
- ・適切な支援者や相談者、公的な相談機関へつなぎましょう。



南関町保健センターでは
「ころの健康相談」を実施しています。

ある程度のストレスは、人間としての成長、希望、達成感をもたらす意味でも必要ですが、あまりに強く長く続くストレスは困りものです。日頃どんなに元気な人でも、“無理のしすぎ”は続きません。忙しい人、頑張り屋の人、生真面目な人ほど、心身のメンテナンスが必要で、わが身に起こっているストレス反応を無視して、走り続けてしまいがちだからです。

こうした時には、少しでもあなたの気持ちが楽になる時間、からだも心もゆっくり休まる時間を持ってみませんか？ちょっと立ち止まって、今あなたが背負っている“荷物”を見なおし、ちょっと整理するだけで、気持ちが前向きになれることだってあるのです。

あなた自身のことはもちろん、家族、友人、お知り合いの方についてのご相談でもOKです。きちんと、まとめて、話していただく必要は全くありません。その場で思いつくまま、あなたのペースで、お話しください。しっかりと、大切に、聴かせていただきます。そして、あなたと一緒に、これからどうしたらいいのかを考えるお手伝いができたらと思っています。

どうぞ気軽にお越しください。

※ころの健康相談は臨床心理士が対応します。
 期日・時間に関しては保健センターにお尋ねください。

問 保健センター ☎53-3298

「元気ができました」

南関一小ふれあい祭り



▲来場者にゲームの説明をする4年生



▲豚汁づくりを一緒に行う5年生

南関第一小学校(平山浩治校長)は、1月19日に「南関一小ふれあい祭り」を開催し、地域の人達とのふれあい、交流を深めました。

児童たちは参加を呼びかけるため、招待状を兼ねた手作り年賀状を地域住民約190人に郵送していました。

当日は、5年生が地域婦人会と仕込んだ豚汁、おにぎりを振る舞い、6年生は親父の会と、どんどのやぐら組みを行うなど各学年で役割を決め取り組みました。

参加した藤原和子さん(細永)は「子どもたちに囲まれて、元気ができました」と笑顔で話し、4年生で案内役の佐田好穂さんや大佐古結夏さんと手をつなぎ、ゲーム等を楽しみました。

南関町の各小中学校では、今回のような地域住民と連携、協働で行われるコミュニティ・スクール活動を行っています。みなさんも、ぜひ学校へ足を運んでみませんか。

町内企業の連携でさらなる発展を

第16回南関町企業懇談会

1月18日、第16回企業懇談会をホテルセキアで開催し、町内の企業や団体、近隣高校等から70人が参加しました。この懇談会は、町内企業等と町、また企業等同士が情報交換を図り、さらなる発展につなげることを目的に開催しています。

今年は、有明工業高等専門学校の高橋薫校長を講師に、「高専と産学連携」と題して講演を行いました。高橋校長は、高専の現状や取り組みを紹介し、「高専と企業が協力して一緒に課題解決に取り組みましょう」と連携を呼びかけました。

その後交流会を行い、情報交換や名刺交換など参加者相互の交流を深めました。



▶左から赤星さん、森山第三小学校長

たくさんの本を読んで

赤星さんが町に図書費を寄付

熊本市の赤星フシミさんは、1月16日に町役場を訪れ、図書購入費を寄付しました。

赤星さんは、東豊永区の出身で、大原尋常小(現 南関三小)を卒業。「小さい頃から兄の教えるを大切に、今も役に立っている。その一つに“本を読みなさい”があるので、子どもたちにはたくさんの本を読んでもらいたい」との気持ちが今回の寄付のきっかけです。

町長は、「お兄さんの想いを色んな人に伝え、“人が育つようなまちづくり”のために、小中学校の図書購入に活用したい」と感謝でいっぱいでした。