

こころの健康を考える

10月10日は世界メンタルヘルスデー

世界メンタルヘルスデーは、世界保健連盟(WFHM)が1992年にメンタルヘルス問題に関する世間の意識を高め、偏見をなくし正しい知識を普及することを目的に定めまし。近年では、世界保健機構(WHO)もこの取り組みに賛同し、世界各地でさまざまなイベントやキャンペーンが行われています。

地域で暮らす、働く

本市では「自立して暮らしたい」、「仕事をしたい」、「引きこもっているので、治療が必要なのか診断してほしい」、「収入やお金の管理が心配」など、暮らしや仕事、医療、お金の面で心配事をサポートする体制を整えています。

下表こころのサポート相談窓口までお気軽にご相談ください。

【主要な相談窓口】

行政	市	相談窓口	電話番号	対応時間
		本庁障害福祉課	内線2173	月～金 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
県		川薩保健所	(23)3166	月～金 8:30～17:30
		精神保健福祉センター	099(218)4755	
総合相談	障害者支援センター	可愛会(宮内町)	(22)0112	月～金 8:30～17:30
		サニーサイド(中郷町)	(24)0331	月～金 8:30～17:00
		緑joy(水戸町)	(26)2463	
		つくし園(永利町)	(24)2385	



▲こころの病を抱える方の地域での生活をサポートします～こころのサポート窓口一覧～

メンタルヘルスデーにちなんで 本市における取り組み！



メンタルヘルス(こころの健康)分野で活動する「TOMY's ACTION CLUB」による映画上映会



▲令和6年度広報薩摩川内10月通常版

まずは知る！こころ

こころの病気(精神疾患)は、脳になんらかの変化が起こったり、脳の働きが損なわれたりすることにより、さまざまな精神症状、身体症状、行動の変化が見られ、誰でもかかる可能性があります。

令和6年度広報薩摩川内10月通常版では、統合失調症を発症された方の事例を紹介しています。まずは、こころの病を抱えている方を「知る」ことから始めましょう。



今年も開催されます！

映画上映会 2025 & マルシェを開催！

日時：10月5日(日)
9:30～13:30

場所：総合福祉会館(永利町)
問合先：TOMY's ACTION CLUB
☎ 090(3010)3043

人のとなりに

佐藤 光浩さん

「人のとなりに」とは…

文字通り、その人の隣にいて、思いに寄り添うことや人柄を表す言葉「人と寄り」をイメージしたコーナーで、人物や活動の紹介だけでなく、その人の思いにスポットを当てることを目的としています。

地域の安全のために

約40年前、転勤を機に本市に引っ越し、25年前から育英地区で暮らす佐藤さん。職場の先輩の紹介で「中郷下青壮年会」に入会。現在は40～70代のメンバーで活動し、4月から会長に就いた佐藤さんを中心に地域のために活動を継続している。その1つとして独居老人宅訪問がある。年に1回独居老人宅を訪問し、大雨などの災害発生時に頼ってほしいと、あいさつを兼ねて広報活動を行う。

独居老人宅訪問活動のきっかけは、平成18年に発生した鹿児島県北部豪雨。自治会長からの依頼で要支援者を避難所へ車で搬送したことをきっかけに翌年から本格的に活動を開始。訪問時や活動の際は青壮年会の会員を示す黄緑色の帽子を被り、地域の方にお互いの顔と名前を覚えてもらえるようにしている。

笑顔を大切に

佐藤さんが中郷下青壮年会に入ってから約20年が経過。独居老人宅訪問時に心掛けていることを伺うと、「笑顔を大切にしている。約10人で訪問する長め、驚かれないために自治会長に協力をお願いしながら一緒にあいつに伺う。信用してもらうことが大切なので、笑顔で対応するように心掛けています。誰がどこに住んでいるか全て把握しているわけではないので、自治会が作成している独居老人宅の地図を頼りにいざというときに対応できるように準備をしている。私たちの力だけではできない活動なので、自治会や地区コミュニティ協議会との協力が不可欠だ」と言う。

地域を盛り上げる

中郷下青壮年会は1年を通して公園や道路の清掃、育英地区の文化祭準備や夏祭りのステージ設置ボランティアなどさまざまな活動を行う。このような活動を通して、地域の友好や親睦を深め、盛り上げていきたい」と話し、住み慣れた地域(奉仕活動、お互いに支え合う(労働力の提供)、安心して暮らせる(地域見守り)、健やかに暮らせる(会員親睦)まちづくりに取り組んでいる。

41年目のこれから

昭和58年度に発足し、令和6年度で40周年を迎えた中郷下青壮年会「地域コミュニティは私たちの生活を豊かにしてくれるかがえのない存在だと考えている。互いの助け合いや文化の継承、地域活性化、安心できる居場所の提供という多岐にわたる側面から地域コミュニティの重要性はますます高まっている」と話す。

この活動を次世代につないでいくためには、若い世代の会員を募りながら、今後も活動を継続していきたいという。



育英地区の前畑、高畑、野間島自治会の中から有志が集まった33人で結成する「中郷下青壮年会」。昨年度、発足40周年を迎え、独居老人宅訪問など地域の見守り活動を行う。今回はその会長の地域への思いに寄り添う。