

## 3月は「自殺対策強化月間」です ～かけがえのない命をみんなで守ろう～

■問い合わせ 健康増進課 健康増進係 ☎75-3355

近年、日本国内の自殺者数は、年間3万人を超える状況でしたが、平成22年から24年度にかけて自殺者数は減少傾向にあります。

しかし、自ら命を絶つという悲しい選択をする人が後を絶ちません。誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して、市民のみなさんも一緒に取り組んでいきましょう。

### 自殺の背景には複数の要因がある

自殺に至るまでの過程の約90%には、その人の経済状況や周囲との人間関係、うつ症状の出現など様々な要因が絡んでいると言われています。

自殺を図った人の直前の心の健康状態を見ると、大多数が何らかの精神疾患に罹患していたと言われています。



市立図書館では、3月の自殺対策強化月間に合わせて、うつ病予防・対人関係でのアドバイスなど、こころと体の健康を守る・ストレスをうまくコントロールするための参考になる図書コーナーを設けています。お気軽にご利用ください。

### セルフケア・家族等の周囲の人が支える社会づくり

- うつ病などの精神疾患に罹患しないよう、休日には好きなことを行って、リフレッシュする時間を設けるなど、ストレスをうまくコントロールする。
- 家族の体調やこころの変調に気づくなど自分自身の、こころと体の健康を守ることが、うつ病予防に繋がります。また、ストレスに気づき、これに対処するための知識や方法を身につけ、自分に合ったストレス発散法を実践することもこころの健康を保つために有効です。

全国一斉  
こころの健康相談統一ダイヤル  
☎0570-064-556

よりそいホットライン 24時間対応  
☎0120-279-338

### まちづくりを支える人材を求む！ ～多久市商工会臨時職員を募集します～

多久市の中心市街地のまちづくりや商業の活性化を行うタウンマネージャーを補佐する臨時職員を募集します。

- 募集人員 1人
  - 勤務地 多久市まちづくり協議会（多久市商工会館内）
  - 報酬（賃金） 月額127,200円（社会保険有り）
  - 業務期間 4月1日（火）～9月31日（火）まで
  - 応募資格 ①多久市の中心市街地のまちづくりに積極的で熱意のある人  
②性別、年齢、学歴不問  
③勤務地まで通勤可能な人
  - 選考方法 口述面接
  - 募集期間 3月3日（月）～3月17日（月） 9時～17時まで  
（持参または郵送。郵送の場合は、当日17時までに必着）
  - 選考日 3月22日（土）
  - 業務内容 多久市の中心市街地に関し、タウンマネージャーが行う業務のサポートおよび庶務
  - 問い合わせ・申し込み  
〒846-0002 多久市北多久町大字小侍687-19  
多久市商工会 ☎74-2144
- ※議会の議決により内容が変更になる場合があります

### （仮）多久市まちづくり交流センター の愛称が決定！

昨年10月に愛称を募集したところ市内外より215点におよぶ作品の応募がありました。愛称選考委員会では応募作品の選考を行い、最優秀作品、優秀作品を決定しましたのでお知らせします。

#### 【最優秀作品】「あいぱれっと」

神奈川県鎌倉市 友久 健

#### ○愛称のコンセプト

出あい、ふれあい、語りあいの「あい」と絵具のパレットを合わせ、色んな交流が生まれる施設を表現しました。

#### 【優秀作品】

愛知県名古屋市 小寺 光雄

大阪府大阪市 利光 美和

多久市北多久町 池田 佳（敬称略）

たくさんのご応募をいただきありがとうございます。

#### ■問い合わせ

商工観光課 街づくり係

☎75-2117

### 第44回 多久まつりの日程と場所が決定！

日程 11月1日（土）・2日（日）

場所 多久市まちづくり交流センター  
「あいぱれっと」周辺