

守って行こう!!
「二人しかいない、一つだけの命」



1月27日・2月3日の2回に渡って、ゲートキーパー養成を兼ねた、自殺予防学習会が、東御市の身体教育医学研究所 研究部長の 朴 相俊（パク サンジュン）氏を講師にお招きし開催されました。講師の先生から、「自殺は個人の問題ではなく、社会全体の問題」であること、「自殺につながるサインを発見できるのは、身近にいる人にしかできない。」との講義があり、受講生の皆さんは熱心に耳を傾け、活発に意見交換をしていました。

今回の学習会には、延べ43名の皆さんの参加がありました。今後も、地域ぐるみで心の健康について考え、誰もが生きやすい地域を作っていきたいと思います。

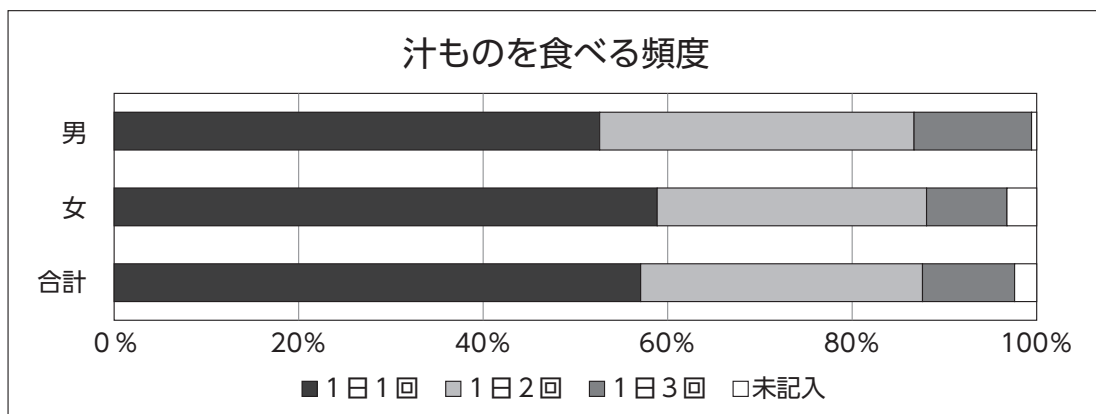
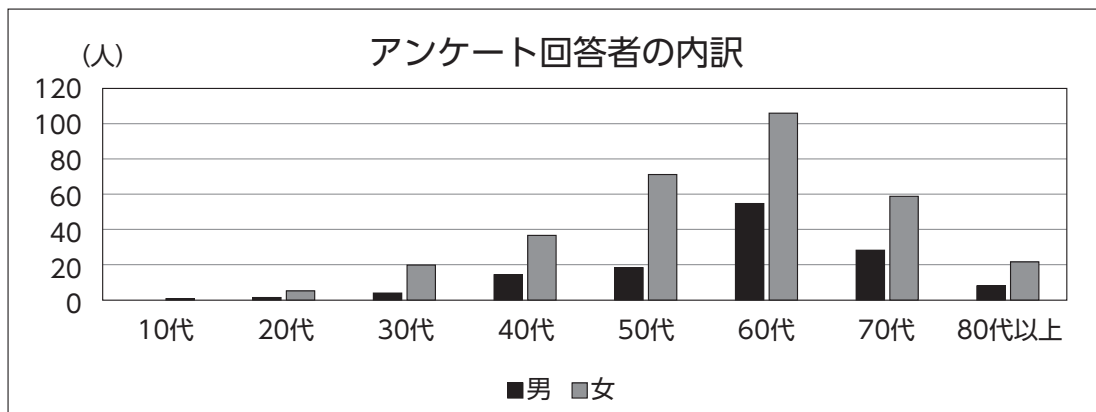


減塩モニターアンケートの結果をお知らせします！（第1回）



平成26～27年度にかけて募集しました減塩モニターのアンケートがまとまりましたので、複数回に分けてお知らせします。

減塩モニター申込者 425件（1月31日現在）
アンケート回答者 444人（男性128人 女性316人）



汁物を1日1回食べる人は全体の約6割。中でも朝食時に食べる人が多いようです。これは、長野県の県民健康・栄養調査と同じ傾向です。また、毎食汁物食べている人は全体の約1割ですが、60代以上の方に多いようです。