

The 健康応援隊!.....♡

3月は「自殺防止月間」です

全国の自殺者数は減少傾向にありますが、依然として多くの人が自殺で亡くなられていることには変わりありません。(平成27年自殺者数(速報値)・全国23,971人、茨城県550人、五霞町5人)

☎0120(236)556
土・日曜日9時〜12時
13時〜16時
年末年始休

◆健康福祉課社会福祉G
☎00006(直通)

最近ちゃんと眠れていますか?

2週間以上不眠が続くようなら、それは「うつ」かもしれません。
ここからセルフチェック

- 1 毎日の生活に充実感がない
- 2 これまで楽しんでやれていたことが、楽しめなくなっている
- 3 以前は楽にできていたことが今では、おっくうに感じられる
- 4 自分が役に立つ人間だと思えない
- 5 訳もなく疲れたような感じがする

◆茨城いのちの電話
・つくば 毎日24時間
☎029(855)1000
・水戸 毎日13時〜20時
☎029(350)1000
・フリーダイヤル
毎月10日8時〜翌日8時
☎0120(738)556

◆古河保健所☎3021
5項目中、2項目以上が2週間以上続いていたたり、そのためつらい気持ちになったり、毎日の生活に支障が出たりしている時には、かかりつけ医や保健所にご相談ください。

◆いばきまのホットライン
☎029(244)0556
平日9時〜12時/13時〜16時
祝日・年末年始休

健康福祉課 保健師

学校
コーナー

考え・進め・未来へ

五霞中学校



茨城県人権メッセージコンクール 最優秀グランプリ受賞

人権メッセージコンクール



茨城県の人権メッセージコンクールには、茨城県の全小・中学生、高校生、特別支援学校の生徒、一般の方が作品を応募します。平成27年度の応募総数は10万3,311点でした。そのような多数の作品の中から小口果恵さんの作品が、最優秀となりました。その作品を紹介いたします。

2年 小口 果恵

私の周りは、優しさであふれている。駅でおばあさんのつえを拾ってあげていた高校生。中学生の自転車からまっていたひもをほどいてあげていた散歩中のおじさん。スーパーのトイレで、お母さんとその赤ちゃんと順番をゆずってあげていた小学生の女の子。今日もきつとまたどこかで見知らぬ人に優しさの手をさしのべられている人がある。私もそんな手をさしのべられる人になりたい。そして今日も私の周りは…世界は優しさであふれている。

◆東京遠足(2年生)・クラスマッチ
学校行事の様子をご紹介します。

2年 隈元 由太

◆エコプロダクツで学んだこと
僕たち2年生は、東京遠足でエコプロダクツに行きました。まず僕は、とても多くの企業がエコについての活動や取り組みを行っていることに驚きを感じ、生活の身近かなどところにエコがあふれているということに気がきました。



会場では、自動車のリユース技術や近年の環境問題についても学ぶことができました。今回学んだことを生かして、これからエコ活動に取り組んでいきたいです。

3年 松本 慎太郎

◆クラスマッチ(ドッジボール大会)
最後のクラスマッチでは、チーム全員が協力し、素早くボール回しを行い、上手に相手を当てることができました。そして、目標とした優勝を獲得することができた。その後の先生との勝負では、僅差で破れてしまい、大変悔しかったが、このチームワークの良さを進路実現に向け、全力でがんばっていききたい。

