

やさしさと安心が実現できるまちづくり 健康づくりの推進  
～第2次おおひら健康プラン21より～ 全8回②

国の「自殺対策基本法」の改正により、村では、第2次おおひら健康プラン21の計画の見直しと併せて、自死（※）対策計画を策定しました。  
村民一人一人が自死を身近な問題として意識し、悩みを抱えた人の相談を支援につなげる体制の整備・充実を図り、「誰も自死に追い込まれることのない大衡村」を目指します。

【9月10日から16日は自殺予防週間です】

《一人で悩むより、まず相談を！》

仕事や家庭、健康上の悩みや経済的な問題などでストレスを抱え、悩みを解決することができない場合、「うつ病」をはじめとするこころの病気を引き起こしてしまう可能性があります。



大切なのは誰かに話すことです。

もし、こころや体の調子に異変を感じた場合は、一人で悩まず少しでも早く周囲の人や専門機関などに相談するようにしましょう。

なお、各ご家庭にパンフレット『こころの赤信号』を配布しますので、ぜひご活用ください。

相談窓口	連絡先	所在地
大衡村健康福祉課 (大衡村福祉センター内)	☎345-0253 午前8時30分～ 午後5時15分	〒981-3692 大衡村大衡字平林 62
宮城県仙台保健福祉事務所 黒川支所 (塩釜保健所黒川支所)	☎358-1111 午前8時30分～ 午後5時15分	〒981-3304 富谷市ひより台 2-42-2
宮城県自死対策推進センター (宮城県精神保健福祉センター)	☎0229-23-0028 午前9時～午後4時 (土日祝日及び年末年始除く)	〒989-6117 大崎市古川旭 5-7-20

(※)村では宮城県に準じて、自死遺族の方への配慮として、法律名や統計用語を除き「自殺」に代えて「自死」と表記しています。

◆問い合わせ先 健康福祉課 ☎345-0253

9月は『がん征圧月間』です  
～いつ受ける？ 声かけしよう がん検診～  
公益財団法人日本対がん協会 2020年度スローガン



がんは、死因の第1位で、およそ2人に1人ががんにかかり、3人に1人が亡くなっており、国民病の一つとなりましたが、生活習慣や生活環境を見直すことで予防できます。  
また、がんは進行した段階で初めて症状が出る場合が多く、早期のがんで症状が出ることはほとんどありません。早期発見のため、1年又は2年に1回定期的に検診を受けましょう。

がんを防ぐための新12か条

1. たばこは吸わない
2. 他人のたばこの煙をできるだけ避ける
3. お酒はほどほどに
4. バランスのとれた食生活を
5. 塩辛い食品は控えめに
6. 野菜や果物は豊富に
7. 適度に運動
8. 適切な体重維持
9. ウイルスや細菌の感染予防と治療
10. 定期的ながん検診を
11. 身体の異常に気がいたら、すぐに受診を
12. 正しいがん情報でがんを知ることから

公益財団法人がん研究振興財団「がんを防ぐための新12か条」より抜粋

～成人歯科健診の一部費用助成について～

村では多くの方に健康な歯でいきいきと生活してもらえるよう、成人歯科健診にかかる費用の一部を助成します。健診で、自分に合った口腔ケアを知り「健康な歯と口腔」を考えてみませんか？

- ◆対象者 大衡村に住所があり、令和2年度内に40歳・50歳・60歳・70歳になる方
- ◆内容 歯周病の検査（歯と歯茎の状態、口全体の様子など）
- ◆費用

年 齢	自己負担額
40歳・50歳・60歳	1,000円
70歳・生活保護世帯	無料



歯周病は自覚症状がなく突然、歯が抜けてしまうことも！！

- ◆期間・場所
  - ・9月1日（火）～11月30日（月）
  - ・富谷市、黒川地区内委託歯科医院（23カ所）

- ◆受診方法  
対象となる方には、お知らせと健診票等を送付しています。  
歯科医院に電話で予約の上、保険証、歯ブラシ、届いた送付物一式を持って受診してください。  
(紛失した場合は、健康福祉課まで問い合わせください。)

- ◆注意事項  
この健診は、むし歯や歯周病の予防方法等を知るために行います。治療や精密検査が必要になった場合は、別日の受診が必要です。

◆問い合わせ先 健康福祉課 ☎345-0253