

中央保健センター TEL0897-52-1215 神拝甲324-2 総合福祉センター内
 東予保健センター TEL0898-64-5333 周布606-1 東予総合福祉センター内
 丹原保健センター TEL0898-68-7300 丹原町池田1762-1 丹原総合支所北隣
 小松保健センター TEL0898-72-6363 小松町新屋敷乙48-1 小松地域福祉センター内

3月は自殺対策強化月間です

西条市では、平成24年に32人が自殺によって命を絶たれました。自殺の原因・動機では「健康問題」が最も多く、その内訳では「病気の悩み・影響（うつ病）」による自殺者数が非常に多く、その傾向はここ数年、ほぼ変わっていないと言われています。

■ うつ病とは

うつ病は女性なら5人に1人、男性なら10人に1人が、一生のうち一度はかかる病気と言われています。さまざまな原因により生じる、**こころと体の両方の症状からなる病気**です。



■ うつ病による「体」の症状

不眠・食欲不振・体重減少・倦怠感・口が渇く・めまい・耳鳴り・頭痛・肩こり・体の痛み・息苦しさ・動悸などさまざまな苦痛な症状が出現します。

■ うつ病による「こころ」の症状

気分が沈む・意欲低下・不安・焦り・注意、集中力の低下・自信がなくなる・考えが進まない・決断ができない・死にたくなるなどさまざまな症状が出現します。

■ 気づいたら、相談しましょう

体やこころの症状が**2週間以上続く**場合は、必ず**かかりつけ医に相談**しましょう。

▼相談窓口一覧

相談窓口	電話番号	受付時間
中央保健センター	0897-52-1215	月～金曜日
東予保健センター	0898-64-5333	(祝日・年末年始除く)
丹原保健センター	0898-68-7300	8時30分～17時15分
小松保健センター	0898-72-6363	※こころのダイヤルは
西条保健所	0897-56-1300	月・水・金曜日
心と体の健康センター	089-911-3880	(祝日・年末年始除く)
こころのダイヤル	089-917-5012	9時～12時
		13時～15時

愛媛県肝炎治療特別促進事業実施要綱の一部改正について

平成25年12月27日付けで「愛媛県肝炎治療特別促進事業実施要綱」が一部改正されたため、下記のとおり実施することとなりましたので、お知らせします。

C型肝炎に対するインターフェロン治療について

■ 助成対象となる治療法の拡大

C型慢性肝炎に対するインターフェロンとリバビリンおよびシメプレビルを用いた治療について、平成25年12月27日から助成対象に加える。

■ 経過措置期間

現に治療中である方から、平成26年3月末までに申請があった場合は、例外的に、平成25年11月19日にさかのぼって受給者証を交付できるものとする。

問合せ 愛媛県保健福祉部健康衛生局 健康増進課感染症対策係 TEL 089-912-2402

こころの相談(要予約)

日時 3月24日(月)
13時30分～15時30分
場所 中央保健センター
内容 生活上の問題、治療、社会復帰などに関する心の健康相談
担当 医師および保健師
申込先 中央保健センター

体の中から健康になる 食事のツボ講座

内容 カロリー編：食べ物のカロリーを知って、理想の体重に近づこう
バランス編：食事バランスガイドを知って、体の内側から美しくなる
受講時間 13時30分～15時 ※申込みは前日まで受付

▼食事のツボ講座 3月・4月の日程等

場所・申込先	カロリー編	バランス編
中央保健センター	3月20日(木)	4月25日(金)
東予保健センター	3月17日(月)	4月18日(金)
小松保健センター	3月12日(水)	———