

やはば文芸の森

～やはば短歌の会～

健康のために散歩をつづけて来しわれに米寿の祝金とどく
音たてて蜂の一群蜜吸へば白蝶草は秋日に揺るる

冬晴れの日射しまぶしき縁側に茶の間にかくる暦をえらぶ
つもる雪足もと悪しき初詣まなならぬまま鳥居に絶る

新田1区 菅原勝利
高田 北田みどり

雪止みてひすがら晴れし一月の西の山脈夕茜せり
風強く雪降り乱るるひとときに視野うしなひて車進まず

打ちとけて小さき男の子に語りかける歯科医にわれの頬もゆるびぬ
通信制高校共に終へたりし友より寅の暦が届く

南矢幅7区 小川文子
室岡 小林ミツ

※やはば短歌の会
からのお知らせ：
毎月1回、金曜日
に町公民館で短歌
の勉強会を開催し
ています。皆さん
お気軽にご来場く
ださい。

3月は岩手県自殺対策強化月間です あなたは誰かの「命のサポーター」

県は「岩手自殺予防宣言～みんなでつなごう いのちとこころの絆～」として、理解・連携・行動の輪を広げる取り組みを実施中。町も相談対応や心の健康づくりに関する講座、メンタルセルフチェック*を行い、自殺を防ぐための各種活動を行っています。

一人一人が自殺予防を考え、生きることの支援に関わることが大切です。大切な人を自殺の危機から救うため、次の4つを心掛けましょう。

1.気づく～家族や仲間の変化に気を配りましょう～

心の悩みを抱える人が発するサインは、ささいな言葉や仕草に出ます。変化に気づいたら「眠れていますか？」など、温かい言葉を掛けましょう。

2.傾聴する～気持ちを尊重し、ゆっくり話を聞きましょう～

話題をそらす、訴えや気持ちを否定する、安易に励ますことは逆効果です。相手を大切に思っていることを言葉や仕草で伝えましょう。

3.つなぐ～専門家への早めの相談を促しましょう～

心の病気や社会的・経済的な問題を抱えているようであれば、相談機関や医療機関の相談につなげましょう。相談を受けた側も、一人で抱え込まず、プライバシーに配慮した上で周囲へ協力を求め、連携しましょう。

4.見守る～焦らず優しく寄り添いましょう～

悩んでいる人の体や心の健康状態を優しく見守り、必要に応じて専門家へ情報提供しましょう。

- 地域別の自殺者数**
- 全国 令和2年は2万1,081人(前年比912人増)
→1日あたり約60人が自ら命を絶っている状況
 - 県内 令和2年は256人(前年比6人増)
→自殺死亡率*は6年ぶりに全国で最高
 - 町内 令和2年は7人(前年比1人増)
→自殺死亡率は25.57で高水準(全国16.4)

※人口10万人あたりの自殺者数の比率

電話相談先	電話番号	相談日時
役場福祉課 「こころの健康相談」	☎ 611-2574	平日 午前8時30分～午後5時
盛岡いのちの電話	☎ 654-7575	月～土 正午～午後9時 日曜 正午～午後6時
県央保健所 「こころの健康相談」	☎ 629-6574	平日 午前9時～午後4時30分
県精神保健福祉センター 「こころの電話相談」	☎ 622-6955	平日 午前9時～午後9時



岩手県自殺対策キャラクター「アイばあちゃん」

※ご自身の心の状況を知るため、QRコードからメンタルヘルスチェックをご体験ください。



男女共同参画推進に向けて 懇話会の委員を募集

町は、男女共同参画の施策やその推進に皆さんの意見を反映するため「男女共同参画推進懇話会」の委員を募集します。

▼応募資格 町内在住または勤務している20歳以上で、平日日中の会議に参加できる方(年間1～2回程度開催予定)

▼任期 4月1日～令和6年3月31日

▼募集人員 若干名(応募多数の場合は選考があります)

▼申し込み・問い合わせ 申込書兼履歴書*にご記入の上、3月18日(金)午後5時までに役場文化スポーツ課生涯学習係(町公民館内、☎611-2852)へ。

※町ホームページまたは役場文化スポーツ課で取得できます。



私たちは、古典曲、童謡、演歌等幅広いジャンルの曲を尺八で演奏し楽しんでいきます。また、町内の福祉施設を慰問するなど地域活動も行っています。健康と充実した余暇を過ごしたいと思っ

ている方には最高の楽器です。ぜひお気軽にお越しください。活動は町公民館で、12月から3月は毎週土曜日午前10時～正午まで。4月から11月は毎週土曜日午後6時～午後8時まで。興味のある方は町公民館(☎69712161)へ。

川村 旭代表

サークル紹介「矢巾尺八同好会」

住みよい町を目指して 「まちきれ」へご参加ください

町は、今年最初の「町をみんなできれいにする運動(まちきれ)」を実施します。各行政区で分担して、道路のごみ拾いなどの清掃活動を行います。皆さんが気持ちよく暮らせる美しい町を実現するため、ご参加をお願いします。

▼日時 4月10日(日)午前6時～午前7時(小雨決行)

▼ごみ処理方法 町指定のごみ袋に入れ、決められた日に各自治会のごみ集積所へ。

※当日集めたごみは、清掃センターでは搬入を受け付けません。

▼問い合わせ 役場企画財政課企画コミュニティ係(☎611-2721)

- 町社会福祉協議会へ寄付した方を紹介
- ▼矢巾町民謡保存会 30,000円
 - ▼佐々木美智子氏 10,000円

みんなのひろば

じゃじゃっとくんのつ・ぶ・や・き

水道豆知識列伝! その136



春の新生活に向けて、引っ越しを考えている人に、特に気をつけてほしいことがあるジャ! それは、水道の使用開始・中止の届け出を忘れないこと! 中止の届け出をしないまま引っ越すと、水道を使っていないでも基本料金が発生してしまうんだジャ!

届出は電話やインターネットで受け付けているから、余裕をもって申し込んでくれジャ!

★最新情報はここから!
「水道やはば」ホームページ <https://suidou.town.yahaba.iwate.jp/>

友だち紹介 [北高田こども園3歳児]



おがさわら かけるくん



たかはし そらくん



あんどう りおちゃん



あさの りょうまくん



つちはししんのすけくん



ささき さなちゃん



ふじむら いくとくん



いつかいち おうりくん



うむら りちちゃん



おがさわら たつるくん