

健康・医療・福祉・食品・環境などの 相談窓口をご利用ください

● 一般健康相談

● エイズ・性感染症相談、検査

(※検査は第3水曜日・要予約)

● B型肝炎・C型肝炎相談、検査 (※検査は第3水曜日・要予約)

● 感染症に関する相談

新型コロナ、インフルエンザ、ノロウイルスなどの感染症について

● 薬物乱用防止相談

麻薬・覚醒剤・シンナー等の薬物乱用防止及び医薬品に関する相談

健康・予防班
32-4006

※秋田県では医療機関での肝炎無料
検査を行っています。
お問い合わせください。



● 精神保健相談 (精神科医による相談 ※要予約)

【相談日】毎月第2・第4水曜日 14:00～16:00

※保健師による相談は随時行っています

● 障害を理由とする差別や対応についての相談

調整・障害者班
45-6137



● 食品衛生・安全相談

食品衛生、食品の安全・安心に関することについて

● 動物愛護管理相談

犬や猫の飼い方に関することや苦情について

● 環境公害相談

環境衛生や公害、廃棄物などについて

環境・食品衛生班
45-6139



ストップDV

DV=ドメスティック・バイオレンス

【お問い合わせ先】配偶者暴力相談支援センター
(南福祉事務所) 32-3294

夫や恋人からの
暴力に悩んでいたら
まずは、ご相談ください。

プライバシーも秘密もしっかり守られます
ので、安心して相談してください。



令和5年12月発行

秋田県平鹿地域振興局 福祉環境部

いでは福祉環境だより

(横手保健所) TEL 32-4005 (南福祉事務所) TEL 32-3294

〒013-8503 横手市旭川1丁目3-46

URL <https://www.pref.akita.lg.jp/pages/genre/hira-fuku>

E-mail hiraka-we@pref.akita.lg.jp

「いでは」とは、昔この地域が「出端」、のちに
「出羽」と称されたことにちなみ、語源とその
文字から「最先端」「フロンティア」「羽ばたく」
というイメージを重ねた造語です。

12月1日はいのちの日です

厚生労働省が自殺予防活動の一環として制定しました。
誰にも相談できずに一人で悩んでいませんか？

厚生労働省「人口動態統計」において、令和4年の本県の人口10万当りの
自殺死亡率が22.6と3年ぶりに全国ワーストとなり、今年も例年に比べて
自殺者が多い状況が続いています。

一人で悩まず相談しましょう。受話器の向こうであなたの電話を待っている人がいます。
心のセーフティーネット「ふきのとうホットライン」の紹介をします。

自殺予防を図るためには、心の悩みや苦しみを抱く人を社会全体
で支えていくことが大切です。秋田県ではその取り組みの一環とし
て、心の健康や自殺予防をねらいとする心のセーフティーネット
「ふきのとうホットライン」を作成しています。

分野	相談内容	相談窓口	電話番号など	受付時間
心	心の悩みと自殺問題	秋田いのちの電話	018-865-4343	12:00～20:30 毎日 (12/29～1/3除く)
	死にたい気持ちのある方、自死遺族の方の相談	あきたいのちのケアセンター	0120-735-256	平日 9:00～18:00 土日祝 10:00～16:00 (年末年始を除く)
	自死遺族がかわい自助グループ	結いの会	090-5358-7456	10:00～20:00 毎日
倒産	つらい気持ちを抱えている方の相談	蜘蛛の糸 (SNS相談)	裏面の【SNS相談】QRコードを読み取ってください。	
	倒産危機など企業主の相談、自殺対策相談	蜘蛛の糸	018-853-9759	10:00～17:00 月～金 (8時～12時)
法律	倒産を含む中小企業・個人事業に関する相談	秋田弁護士会ひまわりほっとダイヤル	0570-001-240	月～金 (8時～12時)
	各種法律問題全般	秋田弁護士会法律相談センター	018-898-5599	9:00～18:30 (前夜・前科)
	相談、多重債務、少額裁判、成年後見制度など	秋田県司法書士会総合相談センター	018-824-0055 (要予約)	月～金 (8時～12時)
	法律に基づく制度、手続きの紹介や相談窓口の案内 (情報提供)	法テラス	(ナビダイヤル) 0570-078374	月～金 9:00～21:00 土 9:00～17:00

【一部抜粋したものです】



県ホームページから
ご覧いただけます。
また、こちらのリー
フレットは保健所に
配置しています。

横手保健所ではこのような活動をしています



自殺予防街頭
キャンペーン



関係機関との各種会議・研修会
ゲートキーパー養成講座の講師

精神科医による相談
(予約制)
自殺未遂者・家族へ
の相談対応 等

相談対応



12月1日は「世界エイズデー」

世界エイズデーは、世界レベルでのエイズのまん延防止と患者・感染者に対する差別・偏見の解消を目的に
WHO (世界保健機関) が1988年に制定したもので、毎年12月1日を中心に、世界各国でエイズに関する啓発活動
が行われています。 横手保健所 エイズ検査 毎月第3水曜日 (予約制です) ※4ページに掲載しています。

「ひきこもり」について正しく理解をしましょう

■ひきこもりとは？

ひきこもりとは、様々な要因により、社会的参加（就学、就労、家庭外での交遊など）を避け、概ね6ヶ月以上家庭にとどまり続けている状態のことを言います。

■秋田県内にどのくらいいるの？

令和3年秋田県で県内の民生委員らへのアンケートを基にまとめた「ひきこもりに関する実態調査」（令和2年11月現在）の結果、ひきこもり状態にある15～64歳の人は秋田県内に987人いることがわかりました。該当者の内訳は、男性が約7割、女性が約3割。年代別では40代が最も多く26.1%、次いで30代の22.5%、50代の18.9%となりました。ひきこもりは、性別は関係なく、どの年齢層の方にもみられます。

■きっかけは？

成績の低下、受験や就職の失敗、職場不適応、家族不和、失恋、いじめなどが考えられますが、原因が必ずしもひとつとは限らず、原因ははっきりしないこともあります。

■どうしてそうなるの？

- ・ひきこもりの始まりには必ず「エネルギーの低下」があり、ほとんどの人には加えて対人恐怖、集団恐怖の症状があります。
原因を突き詰めることなく、少しでも前に進んでいくために何が出来るかを考えることが大切です。
- ・まずはゆっくり休みエネルギーの回復を待ちましょう。エネルギーが回復することで、恐怖症状も軽減します。
- ・エネルギーの回復には、「安心・安全な環境」で休むことや「理解してくれる人」の存在が重要です。

■ひきこもりかな？そんなときは

- ひきこもりは疲れたところと体を休養させるために必要な時間であり、悪いことばかりではありません。
- マイナス思考にならず、「よかったこと」「楽しかったこと」を探してポジティブな気持ちを保つようにしてみましょう。
- 小さな目標を少しずつ実現することを目指しましょう
- 悩んだ時は相談機関を利用してみましょう

■例えば・・・こんなことはありませんか？

ご本人	ご家族	ご本人とご家族
○人との付き合いが苦手で、緊張を感じやすい ○社会になじめないと感じる ○就労への意欲や自信が持てない	○もしかして病気や障害なのだろうか？ ○コンビニは行くのだけど・・・ ○親の年金をあてにして働こうとしない	○家（自室）にとじこもって、会話がな ○働いていなくて生活に不安を感じる ○このままの状態が続くのではない

■どうしよう・・・そんな時はご相談を

- ★ひきこもりは、特別なことでも恥ずかしいことでもなく、誰にでも起こりうるものです。
ご家族や周囲の方のみのご相談でもかまいません。ご自身のタイミングで相談して下さい。一緒に考えましょう。
- ★状況に応じて適切な支援機関をご紹介しますこともあります。ご本人やご家族から承諾いただける場合は、必要に応じて関係機関と連携して対応します。
- ★電話だけでなく来所でのご相談も可能です。まずは一度お電話ください。

環境・食品衛生班からのお知らせです

冬期間の油漏れ事故に注意が必要です！

暖房器具の利用が多くなることや積雪の影響から、油流出事故が冬から春頃まで増加する傾向にあります。流出した油の回収や処理にかかった費用は原因者が負担しなければなりません。次のチェックリストを活用し、油流出事故の未然防止にご協力をお願いします。

- 油の移し替え時

 - ☐ 目を離さない！
 - ☐ その場を離れない！
 - ☐ ホームタンクの栓の閉め忘れはありませんか？
- ホームタンクや配管の設置環境

 - ☐ 屋根から落雪があっても大丈夫ですか？
 - ☐ 除雪時の障害になっていませんか？
→必要に応じて囲い等を設けましょう。
- 定期点検

 - ☐ タンクや配管が破損・老朽化していませんか？
 - ☐ 油が異常な減り方をしていませんか？
- 油の漏出時の対応

 - ☐ 油の広がりを防ぐ措置をとりましょう！
→あらかじめ不要な布等を近くに備えておきましょう。
- 

許可を取得して漬物の製造・販売していますか？

- 令和6年6月1日以降「漬物製造業」の許可を取得していない方は、漬物の製造・販売ができなくなります。
- 許可を取得するには、自宅の台所とは別に専用の施設が必要です。
- 施設基準に合った施設がつかれるよう丁寧に相談に応じていますので、まだ許可を取得していない方は一度保健所へご相談ください。

飼い猫・のら猫に関する苦情・相談が多く寄せられています！

- 困りごとの
主要内容

家の周りに猫のフン！不衛生！
鳴き声がうるさい！
小屋で子猫が産まれた！


- ★自分の飼い猫でない猫に餌やり（餌置き）することはやめましょう！
責任をもって猫を保護し最後まで飼うか、責任をもってちゃんと飼っていただける方を探し、命をつなげましょう。「かわいそうだから」と餌をあげてしまう行為が、結果的にかわいそうな猫を増やしてしまいます。
 - ★責任を持って管理できる頭数で完全室内飼いしましょう！
健康管理、繁殖制限など一生涯を考え、無理のない頭数でしっかり愛情が届くよう、完全室内で飼いましょう。
 - ★糞尿は自宅の猫用トイレで衛生的に処理しましょう！
猫のトイレを放し飼いで済ませることは、近所迷惑で悪質な行動です。近隣宅の敷地や路上などでのフンの放置は不衛生で、みんなが不快になります。病気や事故、繁殖など様々なトラブルにもつながります。
 - ★繁殖制限も飼い主さんの愛情と責任ある行動の一つです！
費用がかかるから・・・、かわいそう・・・などと、去勢や不妊手術を好まない飼い主さんもありますが、望まない命を増やすことは絶対に避けるべきです。
 - ★動物と共生できる社会をつくりましょう！！
飼い主や飼い主でない方も1人1人が責任ある行動をとって、人と猫が共生できる社会をつくりましょう。