

## 地域づくりだより ～田邑まちづくり活性化協議会～

☎ 地域づくり推進室 ☎ 32-2032

市では、地域が抱える課題解決に向けて取り組む組織「地域運営組織」の活動を支援しています。  
～みんなで支え合い、助け合う地域づくりを目指して～

### さつまいも収穫体験開催

子どもたちに農業体験を楽しんでほしいと、協議会が草刈りや土壌を整備し、さつまいも収穫体験を初めて開催しました。津山西幼稚園・田邑ちびっ子学級の子どもたちを含む約50人が参加。6月に協議会と子どもたちが一緒に植えたさつまいもを、額に汗を浮かべながら収穫しました。

子どもたちは「こんなに大きいのがとれたよ」と元気な声を上げ、掘れない時は、大人たちに「ここを手伝って」と声を掛けていました。

収穫したさつまいもは、テントカフェで大学芋や焼き芋にし、参加者に配られました。



## 津山市地域おこし協力隊を卒業します

☎ 地域づくり推進室 ☎ 32-2032

城東地域の活性化に向け、地域の皆さんと活動を続けてきた土山浩司さんが、3月31日で任期を終えます。

### 土山さんからのメッセージ

2020年春、コロナ禍とともに赴任。いろいろな企画を提案し「つやま町燈路」「作州城東朝市」など、これから続くものができたことは、協力隊冥利に尽きます。デジタル絵本「日本を動かした一冊」では、脚本こそ書きましたが、城東地区の皆さんに、作画から声の出演・制作まで参加してもらい、文字どおりメイドイン城東といえる作品になりました。地域おこし協力隊は、1人では何もできません。地域おこしの意識が高い城東地区で活動できたことは、この上ない幸運でした。

このご縁を大切に、今後も津山市の発展に微力ながら貢献していきたいです。  
※地域おこし協力隊制度は、津山市外から人を受け入れ、地域のPR活動や地域活性化を支援する取り組みです



▲作州城東朝市



▲つやま町燈路



▲デジタル絵本

## 3月は自殺対策強化月間

☎ 健康増進課 (津山すこやか・こどもセンター内) ☎ 32-2069

3月は、就職や転勤、進学、引っ越しなど、家族や友人との別れ、生活環境の変化から自殺者が多い傾向があります。令和2年(2020)は新型コロナウイルス感染症の影響で、自殺者が11年ぶりに前年を上回りました。令和3年(2021)は前年を下回りましたが、女性と小中高生の自殺者が増え、特に小中高生は、過去2番目に多かったことが分かっています。

### ご存じですか? ゲートキーパー

悩んでいる人に気づき、声をかけてあげる人のことです。「命の門番」とも言われています。あなたの周りに、最近元気がない、いつもと様子が違うなど気になる人はいませんか。その時には、ぜひさりげなく声をかけてみてください。

### ●気づいてほしいSOSサイン

- 元気がない・疲れている様子
- 悩んでいる様子
- よく眠れていない様子
- 食欲がなさそう・やせた
- 身だしなみが乱れている など



心がもよもやしたり、ざわついたら、  
ひとりで悩まず伝えてほしい。

相談窓口はこちら



まもろうよこころ 検索

### こころの病気は、自分では気づきにくい場合も

「気づいてほしいSOSサイン」がある時は「元気がないけど大丈夫?」「何か悩んでいる?」「力になれることはない?」など声をかけてみてください。声をかけ、話を聞いたら、状況によって相談機関や医療機関につないでください。「こんな相談先があるけど、どう?」など相手の意思を尊重し、安心して相談や受診ができるように声をかけてあげてください。

### ●相談先

- 健康増進課 ☎ 32-2069
- 美作保健所 ☎ 23-0145
- よりそいホットライン (24時間対応) ☎ 0120-279-338

あなたの声を、聴かせてください

### わかちあいの会

大切な人を自死(自殺)で亡くした人たちが、自己の体験を語り合い、悲しみや苦しみを分かち合う会です。

- とき 3月3日(金)午後1時30分～3時
- ところ 美作保健所(椿高下)
- 参加費 無料
- 申し込み 不要
- ☎ 美作保健所 ☎ 23-0145

### 暮らしとこころの相談会

あなたやあなたの身近な人が抱える悩みを何でもご相談ください。専門家が相談に応じます。

- とき 3月25日(土)午前10時～午後4時
- ところ 津山圏域雇用労働センター(山下)
- 応談員 弁護士、司法書士、臨床心理士、社会福祉士など
- 参加費 無料(予約要)
- ☎ 岡岡弁護士会(岡山市) ☎ 086-223-4401