

こころの病気

～代表的な病気とその特徴～



うつ病とは〇〇〇

精神疾患の中でも、特に患者が多いのが“うつ病”です。抑うつ状態（理由もなく気分が沈んだり、意欲がなくなったりする）や、強い不安感・絶望感などを伴うこころの病気。ひどくなると自殺願望が強くなることもあります。

「もしかして」と思うようなことがあれば、迷わず早期に専門機関を受診しましょう。内服での治療が可能です。

こころの保健福祉相談

美作保健所では毎月第2・4水曜日の午後、
専門医による相談を行っています。

予約制ですので、事前に美作保健所（0868-23-0145）または鏡野町役場、
保健指導推進センター（0868-54-2025）まで、ご連絡ください。

9月10日から16日は自殺予防週間

「岡山いのちの電話」は、

さびしい…むなしい…くるしい…そんな思いに、生きる力を失いそうになったとき、
悩みをじっくりと聞き、共に考え、その人が再び勇気を持って歩めるように心の支えとなります。

「岡山いのちの電話」は自殺予防ダイヤルとして大きな役割を担っています。

「にじゅうよじかんいつでもしみじみ」
いのちの電話：086-245-4343

うつ病を疑うサイン

- 物事に興味や関心がもてない
- 心から楽しいと思えない、笑えない
- 何もする気が起こらず、疲れる
- イライラして気分が落ち着かない
- 集中力が欠ける
- 物事の決断がなかなかできない
- 寝ても、寝ても眠い
- 死んでしまいたいと思うことがある
- 外出を避けるようになり、
自室に閉じこもることが増える

苦しい…
その思い
話して見ませんか

24時間いつでもかけられます。
相談は無料。秘密は守られます。

今年まだ、婦人科検診を受けていない方におすすめします!

月日	会場	受付時間
10月 1日(火)	中央公民館	12:30~14:30 乳がん検診 13:00~14:30 子宮頸がん検診
10月 11日(金)	奥津振興センター	12:30~14:30 乳がん検診 13:30~14:30 子宮頸がん検診

検診を受ければ防げる子宮頸がん



今、若い女性に子宮頸がんが増えています。

ええ～、こわい!
どうしたらいいんでしょう?



子宮頸がんは、原因（ウイルスの感染）がはっきりわかっていて、予防できる病気です。毎年検診を受けることが大切です!!

自分のため、家族のために
検診に行きます!



★12月末まで個別検診を行っています!

(医療機関に行って受ける検診です)

※料金など詳しい内容については、配布しています「住民検診ご案内」を確認ください。

※「集団検診」か「個別検診」のどちらかを受診してください。