

各種ウインタースポーツ大会で

市の選手大活躍

(各大会入賞者、敬称略) ●内の数字は順位

東北中学校スキー大会

(1月23～25日、田山クロスカントリースキー場)

■クロスカントリー
【男子】▽5キフリー⑦佐々木利幸(松尾3年)

【女子】▽3キクラシカル②土屋正恵(安代3年)▽3キフリー③土屋正恵▽リレー(3×3キ)②安代(小原菜奈未2年)、土屋正恵、山本希歩(2年)

■スペシャルジャンプ
④小林陵侖(松尾3年)
■コンバインド
①小林陵侖



東日本バイアスロン選手権大会・12.5キ。マススタートで優勝した大和田いつか選手。今シーズンは、W杯に出場しているほか、ジャパンカップでも優勝している

東日本バイアスロン選手権大会

(1月27～29日、田山バイアスロン競技場)

▽12.5キマススタート①大和田いつか(陸自冬戦教、松尾中卒)▽7.5キマススタート⑤工藤輝樹(八幡平市役所)▽スノーボードスプリント②大和田いつか④工藤輝樹

●県スキー技術選手権大会(1月28～29日、平石スキー場) ※関連記事24

【男子】▽総合①竹鼻建(安比スキー&スノーボードスクール) ③小田島敦(八幡平市役所)④藤澤弘之(安比スキー&スノーボードスクール)
【女子】▽総合①藤澤利佳(安比スキー&スノーボードスクール)

●全国高等学校スキー大会(1月30日～2月3日、山形県山形市・蔵王クロスカントリーカラマツコースほか)

■クロスカントリー
【女子】▽リレー(3×5キ)④花輪(八幡優花3年、田山中卒)ほか
■スペシャルジャンプ(公開競技)
【女子】②小林諭果(盛岡中央2年、松尾中卒)

●全日本スキー選手権大会

■ジャンプ(2月7日、北海道札幌市・宮の森ジャンプ競技場)

【女子】▽ノーマルヒル⑧小林諭果
●FISワールドカップノルディックコンバインド

◆個人第14戦(2月5日、イタリア・バルディフィメナ)⑧永井秀昭(岐阜日野自動車、田山中卒)

●東北高等学校スキー選手権大会(2月10～12日、青森県大鰐町・大鰐温泉スキー場)

■クロスカントリー
【男子】▽リレー(4×10キ)⑤盛岡南(川野創平2年、安代中卒)ほか⑥盛岡農業(安保毅2年、田山中卒)、種市雄介(2年、安代中卒)、三上慧悟(2年、松尾中卒)ほか

県スポーツ少年団スキー大会

(2月11日、田山クロスカントリースキー場) ※3位までの入賞者

■アルペン(ジャイアントスラローム)
【男子】▽中学生②畠山圭太(安代)
【女子】▽小学生③齋藤あかり(安代)

■クロスカントリー(スプリント)
【女子】▽小学生②滝沢日菜(安代)▽中学生②小原菜奈未(安代)
■ジャンプ(小学生、スモールヒル)
【男子】①畠山温人(安代)②畠山夢叶(安代)③齋藤悟(田山)

【女子】②工藤稀凜(田山)

●国民体育大会冬季大会(ぎふ清流国体)
■スケート(スピード)競技(1月27日～2月1日、岐阜県恵那市・クリ

スタルパーク恵那スケート場)

【男子】▽少年2000リレー④岩手(泉山雄一)盛岡工業高3年、田山中卒)ほか

■スキー競技(2月14～17日、岐阜県高山市・鈴蘭ジャンツエほか)

◆クロスカントリー
【男子】▽リレー(4×10キ)▽成年⑥秋田(高橋涼)東京農業大2年、松尾中卒)ほか

【女子】▽クラシカル▽少年5キ⑤八幡優花⑧土屋正恵▽リレー(4×5キ)②秋田(八幡優花ほか)

■スペシャルジャンプ
【男子】▽少年③小林陵侖▽成年B④永井秀昭

◆コンバインド
【男子】▽成年A④永井健弘(天山リゾートクラブ、田山中卒)▽同B①永井秀昭③永井陽一(松尾中教諭)



スキー国体・コンバインド競技でそろって入賞を果たした永井3兄弟。(写真右から)成年男子B3位の長男・陽一選手、同優勝の次男・秀昭選手、成年男子Aの三男・健弘選手

3月は自殺対策強化月間

悩みを抱えた人支える地域のつながりを大切に

■詳しくは、市役所保健課保健係(☎・内線1154)まで。

国では、全国の月別自殺者数が最も多い3月を「自殺対策強化月間」と定め、心の健康について呼び掛けをしています。

うつ病や自殺は誰にでも身近な問題

私たちは、普段ストレスに対して自分なりに対処して過ごしていますが、過度のストレスが重なり、対処できなくなると心の健康を損なうことがあります。最も多いのがうつ病です。

うつ病は、気分がひどく落ち込み、仕事、家事のほか、それまで楽しんでできていた趣味などもやる気が起こらず、生活への支障が出ることもあります。自分のことを責めたり、死にたいという気持ちが強くなることもあります。ストレス社会の中で生きる私たちにあって、誰もが心の健康を損なう可能性があります。

す。うつ病、自殺は特別なことではなく、誰にでも身近な問題です。

うつ病は、過度のストレスなどにより、脳のエネルギーが不足している状態。休養と治療で改善します。一生のうち15人に1人が経験するといわれるほど身近な病気です。

重要な役割を果たす「ゲートキーパー」

悩みを抱えている人は「言えない、どこに相談すればいいかわからない、相談することさえ思い浮かばない」状況に陥っています。そのため、周囲の人たちが「ゲートキーパー」として活動することが重要になってきます。

ゲートキーパーは、自殺予防を理解し、悩んでいる人に気付いたとき、話に耳を傾け、必要な支援、相談につなげる役割を担います。

ゲートキーパー養成研修を開催しました

市は2月3日、西根地区市民センターでゲートキーパー養成研修を開催しました。民生委員や保健推進員など約80人が参加。自殺の実態報告やゲートキーパーについて説明を受けたほか、秋田県藤

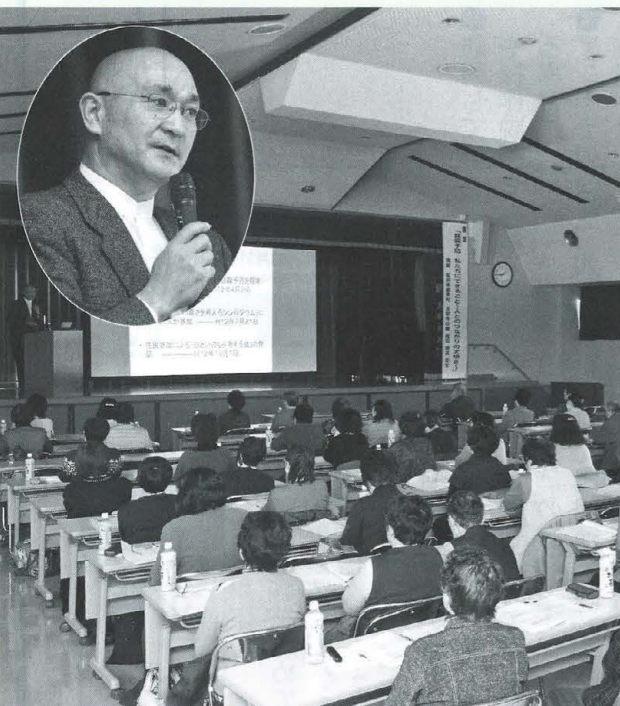
里町曹洞宗月宗寺住職で、「心といのちを考える会」会長などを務める袴田俊英さんが「自殺予防 私たちにできること」と題して講演しました。袴田さんは、藤里町が自殺で亡くなる人が、秋田県内で多かったことから、住民参加で発足した「心といのちを考える会」の活動を紹介。同考える会では毎年、講演会やシンポジウムなどを開催しているほか、活動の中で、地域でのつながりが薄れてきていることを実感し、誰でも気軽に話せることができるコーヒースロンの「よってたもれ」や、男性が夜に集い合い、お酒を

飲みながら語り合う赤ちようちんの「よってたもれ」を開設しています。

また、昭和30年代までは自殺死亡率が全国平均以下でありながら、最近では、全国ワースト1位である秋田県。自殺死亡率が増加してきたことについて、「米作りが盛んな秋田県では、地域が力を合わせて米作りをしていたが、農業の機械化により、共同作業でなくても米作りができるようになった。収入を得るために働くことを優先させる政策を進めたことで、これまで地域で普通に行われていた助け合いが少なくなり、悩んでいる人が地域で孤立するようになってしまったからではないか」と語りました。

私たちにもできる自殺予防の活動として「①近所など顔の見える範囲で、②人と人とのつながりを大切にして、③悩みがあっても誰かに相談できるという関係を構築」することを挙げました。

最後に、悩んでいる人を救うためには、専門家だけではなく、一人一人が「お互いに助け合い支え合う」気持ちで関わってほしいという思いから、秋田県民運動として活動をしていると述べました。



約80人の参加者は、袴田俊英さん(上写真)の講演に耳を傾け、理解を深めました