

# すこやかハート北九州

保健福祉の情報をお伝えします

## 3月は「自殺対策強化月間」です

例年3月は、進学や就職、転勤など生活環境が大きく変わることが多い時期であり、自殺者数が多くなる傾向にあります。そのため、自殺対策基本法では毎年3月を「自殺対策強化月間」と定めており、北九州市でも自殺予防に向けた集中的な啓発活動などを行っています。

「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」に向けて、自身や身近な人の「いのち」と「こころ」を守る取り組みを広げていきましょう。



▲詳細はコチラ



▲小倉駅の大型ビジョンなどで啓発動画を放映



▲小倉城ライトアップ

## 「聞こえ」を保ち、これからも生き生きと

聞こえは、毎日の暮らしを支える大切な力です。

年齢とともに少しずつ変化することがありますが、聞き取りにくさをそのままにしておくと、会話の機会が減り、気持ちが沈んでしまうこともあります。

「少し聞こえづらいな」と感じたら、早めに耳鼻咽喉科にご相談ください。

聞こえを保つことは、人とのつながりを守り、心も体も元気に保つことにつながります。これからも笑顔で、生き生きとした日々をお過ごしください。

聞こえに関する情報は市のホームページにも掲載しています。



- ☐ 会話をしている時に聞き返すことがよくある
- ☐ 後ろから呼びかけられると気付かないことがある
- ☐ 聞き間違いが多い
- ☐ 見えないところからの車の接近に気付かない
- ☐ 話し声が大きいと言われる
- ☐ 集会や会議など数人の会話がうまく聞き取れない
- ☐ 電子レンジなどの電子音が聞こえない
- ☐ 相手の言ったことを推測で判断することがある
- ☐ 家族にテレビやラジオの音量が大きいと言われることがよくある

(一社)日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会ホームページより転載

## 「聞こえ」をセルフチェック

1つでも当てはまる人は早めの受診を！

## 北九州市いのちとこころの情報サイト



- ・知っておきたい！こころのサイン
- ・こんなときみんなどうしてる？
- ・ストレスと上手につきあう
- ・こころの病気の基礎知識 など

## 北九州いのちの電話

☎653・4343  
(年中無休24時間)

## 北九州市自殺予防こころの相談電話

☎522・0874  
(月～金曜日の9～17時  
(祝・休日は除く))

## 自殺予防いのちの電話

☎0120・783・556  
(毎日16～21時、毎月10日は8時～翌8時)

## 市政フラッシュ

このコーナーでは、北九州市の最新の取り組みや話題の出来事などをご紹介します。

## 下関北九州道路の都市計画が決定しました！

関門トンネル・関門橋に続く九州と本州を結ぶ第3のルートである下関北九州道路の都市計画が決定し、12月23日に山口県と同時に都市計画決定の告示と環境影響評価書の公告を行いました。

実現すれば、九州と本州の広域的な人流・物流と経済活動を支える大動脈、災害時の代替路としての役割が期待される下関北九州道路。今後も早期実現を目指し、関係自治体などと連携して整備促進に向けた機運醸成や国への要望に取り組んでいきます。



☎都市戦略局都市交通政策課 ☎582・2518

## 「2年連続」で人口の転入超過を達成！

北九州市の令和7年の人口の社会動態(転入者数から転出者数を差し引いた数値)が、2年連続で転入超過になりました。

## 社会動態の数値に関するポイント

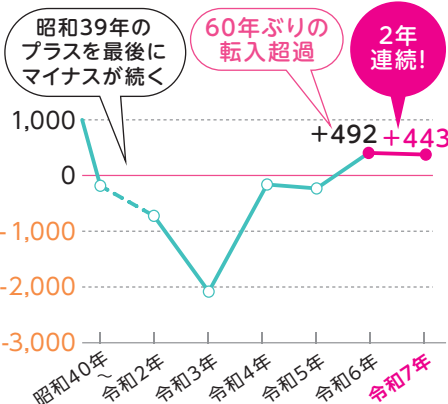
### 日本人のさらなる改善

- ・特に「女性」の改善が加速
- ・「三大都市圏」との間で改善が加速
- ・昨年に引き続き「若者」の改善も継続

## 主な要因として考えられるもの

- ①IT企業をはじめとした企業誘致の加速
- ②子育て支援施策の拡充・強化
- ③にぎわいづくりの進展 など

## 〈北九州市の社会動態の推移〉



☎政策局総務課 ☎582・2135  
政策局政策課 ☎582・2302

・広告の申し込みは(ネット) ☎072・6668・3275まで。  
※広告内容と北九州市とは直接関係ありません。

