

保健だより

令和4年9月号 No.582

9月の保健福祉業務をお知らせします。

| 曜日 | 行事 | 健康ポイント | 場所 | 時間(受付) | 対象者 |
|----|----|-----------------------------|-------------------|------------------------------------|--------------------------------|
| 6 | 水 | 子育て支援センター はじめてのはみがきっず教室 | 保健センター | 9:00~12:00 | 申込者 |
| | | まめでいきいき教室 ① | 保健センター | 13:00~15:00 | 申込者 |
| 7 | 木 | 胃がん検診 ②・大腸がん検診 ② | 老人福祉センター | 7:00~10:30 | 申込者 |
| | | | 保健センター | 7:00~10:30 | 申込者 |
| 11 | 月 | オーバード還暦の マシントレーニング教室 ① | まめのわ フィットネスルーム | 13:30~14:30 | 申込者 |
| 12 | 火 | 年中子育て相談 | 保健センター | 13:00~16:00 | 該当者個人通知 |
| 13 | 水 | 4ヶ月児健診 | 木曾町福島 保健福祉センター | (14:00~14:10) | 該当者個人通知 |
| | | まめでいきいき教室 ① | 保健センター | 13:00~16:00 | 申込者 |
| | | 木曾障がい者総合支援センター とともに巡回相談 | 保健センター (1階相談室) | 13:30~16:00 | 希望者 |
| 14 | 木 | こころの健康相談 | 保健センター | 10:00~11:30 | 希望者 |
| 20 | 水 | まめでいきいき教室 ① | 保健センター | 13:00~15:00 | 申込者 |
| | | インターバル速歩教室 ① | 社会体育館 | 昼の部 13:30~15:00 夜の部 19:00~20:30 | 申込者 |
| 21 | 木 | オーバード還暦の マシントレーニング教室 ① | まめのわ フィットネスルーム | 13:30~14:30 | 申込者 |
| 22 | 金 | アラウンド古希の 健康で長寿になるための教室 ① | 保健センター | 13:30~14:30 | 申込者 |
| 23 | 土 | ウォーキングイベント | 村内 | 未定 | 申込者 詳細は8/24自治会 文書をご覧ください |
| 25 | 月 | 福祉医療給付金振込日 | ※ | ※ | 該当者 |
| 26 | 火 | ふれあいクッキング ① | 林業会館 | 10:00~12:00 | 申込者 |
| | | 幼児健診 | 保健センター | (13:15~13:30) | 該当者個人通知 |
| 27 | 水 | まめでいきいき教室 ① | 保健センター | 13:00~16:00 | 申込者 |
| | | 骨密度検診 ② | 老人福祉センター | 9:00~11:30 13:00~14:00 | 申込者 |
| 28 | 木 | | 村民センター | 9:00~11:30 13:00~14:00 | |
| 29 | 金 | 離乳食教室(開始期) ① | 保健センター | 10:00~11:30 | 該当者個人通知 |



9月10日~16日は、自殺予防週間です

『いつもの自分と少し違う』、または『あなたの身近な方や大切な人がいつもと様子が違う』と感じたら、裏面の相談窓口へお気軽にご相談ください。またその他の電話・SNS相談などの様々な窓口一覧が掲載されたチラシ(A4)も、8/24の各戸配布に入れておりますのでそちらもご覧ください。

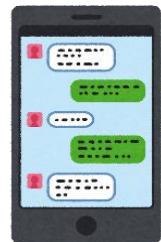
自殺予防週間に関わる 対面・電話・SNS等 各種相談先はこちら

SNS 相談案内

LINE・チャットで相談ができます。

LINE

@yorisoi-chat



Webからの相談

@yorisoi-chat



支援情報検索サイト

電話、メール、SNSなど様々な方法の
相談窓口を紹介しています。



電話相談

#いのち SOS

(NPO 法人自殺対策支援センターライフリンク)

☎0120-061-338

日・月・火・金 0時～24時 (24時間)
水・木・土 6時～24時



よりそいホットライン(24時間)

(一般社団法人 社会的包摂サポートセンター)

☎0120-279-338

どんな人の、どんな悩みにも寄りそって、一緒に
解決できる方法を探します。

- ・暮らしの悩み事
- ・外国語による相談をしたい方
- ・DV,性暴力などの相談
- ・悩みを聞いてほしい等



対面相談

くらしと健康の相談会 (無料)

失業・倒産・多重債務・家庭問題等について弁護士、保健師による健康相談を行う無料の相談会です。



日時：9月6日、13日、20日、27日

午前10時から午後3時まで(相談時間は1件1時間)

場所：木曾保健福祉事務所 1階相談室

(木曾町福島2757-1 木曾合同庁舎内)

費用：無料

申込：事前予約制

連絡先：0264-25-2233(直通)

木曾保健福祉事務所健康づくり支援課 保健師

こころの健康相談 (無料)

いきなり精神科に行くのは怖い…。なんとなく相談してみようかな…。家族のことで困っていることがある。本人は来ないけど相談したいことがある。など、どのような内容でも保健師がご相談に応じます。内容がもれることはありません。相談日以外でも、相談は随時受付しています。

日時：9月14日(木) 10時～11時30分

場所：木祖村保健センター

費用：無料

申込：予約不要 当日保健センターまでお越しください。(相談日以外は、事前にご連絡下さい)

お問い合わせ：0264-36-2001

木祖村役場 住民福祉課 保健係 保健師

