

保健だより

令和6年3月号 No.588

3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
1	金	子育て支援センター 親子はみがキッズ教室	1	保健センター	9:00~12:00	申込者
5	火	子育て支援センター はじめてのはみがキッズ教室	1	保健センター	9:00~12:00	申込者
6	水	まめでいきいき教室	1	保健センター	13:00~15:00	申込者
		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
8	金	オーバー還暦の 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
13	水	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	年中子育て相談		保健センター	13:00~16:00	該当者個人通知
		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
15	金	幼児食(もぐもぐキッズ)教室	1	保健センター	10:00~11:00	該当者個人通知
18	月	離乳食教室(中期~完了期)	1	保健センター	10:00~12:00	該当者個人通知
19	火	幼児健診		保健センター	(13:15~13:30)	該当者個人通知
21	木	こころの健康相談		保健センター	10:00~11:30	希望者
25	月	オーバー還暦の 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
		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	小木曾北部公民館	10:00~12:00	申込者
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
28	木	オーバー還暦の 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

3月1日~3月31日は、自殺対策強化月間です

自殺を防ぐためには、私たち一人ひとりが命の大切さについて考え、周囲の人に関心を持ち、悩んでいる人に「どうしたの」と声をかけ、相談窓口につなぐことも大切です。

『いつもの自分と少し違う』、『話を聞いてほしい』、『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。



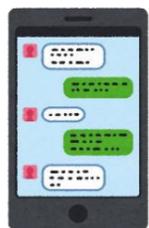
自殺予防週間に関わる 対面・電話・SNS等 各種相談先はこちら

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

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：3月21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



木祖村ワクチンコールセンター閉鎖についてのお知らせ

令和3年度より開設しておりました「木祖村ワクチンコールセンター」は、新型コロナワクチン予防接種の「特例臨時接種期間」の終了に伴い、令和6年3月末に閉鎖いたします。

令和6年4月以降の新型コロナワクチン予防接種等に関するお問い合わせは木祖村役場 住民福祉課 保健係までお願いいたします。

木祖村役場 住民福祉課 保健係 0264-36-2001