

## 9月16日～30日の行事予定

日・曜日	行事名	場所	時間	内容
18 火	めんちょひろば	笠原果樹園(現地集合)※場所が分からない方はセンターに集合	午前10:00～午前11:00	対象:子ども園入園前の子どもと保護者、妊婦さん 内容:梨の収穫体験。JA食農体験学習の事業です。収穫した梨を1個持ち帰りできます。参加費は無料です。
	のんき会	沢目駅舎内	午前9:00～午後4:00	心の病を持っている方が情報交換する場です。どなたでもお気軽にお立ち寄りください。
	八森第1・磯村介護予防教室	八森第1コミュニティセンター	午後2:00～午後3:30	おうちでできる体操や脳を活性化するゲームをします。ゆっくりお茶こする時間もあります。お気軽にご参加ください。
	役場窓口(一部)延長日	八峰町役場総務課 町民サービス係	午後5:15～午後7:00	毎月第1および第3火曜日に戸籍・住民票等の発行など、役場窓口の一部を時間を延長して実施します。
19 水	心配ごと相談	八峰町社会福祉協議会	午前9:30～正午	担当:田村鐵夫相談員
	離乳食教室	八森保健センター	受付: 午前9:30～午前10:00	対象:平成30年4月～平成30年5月生まれ ※参加希望者は9月14日(金)までに健康推進係へ ☎76-4608
20 木	八森第3介護予防教室	八森第3地蔵堂	午後2:00～午後3:30	おうちでできる体操や脳を活性化するゲームをします。ゆっくりお茶こする時間もあります。お気軽にご参加ください。
21 金	交流サロン「らべんだー」	埴川健康センター	午後1:30～午後3:30	陽だまりの会会員がおいしいコーヒー、お茶を準備してお待ちしております。「ほっとした時間を過ごしたい」「誰かと話したい」「近くに来たついでに」どなたでもお気軽にお立ち寄り下さい。
	ほっと健康相談	埴川健康センター	午後1:30～午後4:00	保健師が個別に相談に応じます。お気軽においでください。 担当保健師 武田
25 火	のんき会	沢目駅舎内	午前9:00～午後4:00	心の病を持っている方が情報交換する場です。どなたでもお気軽にお立ち寄りください。
	行政相談	水沢コミュニティセンター	午前9:30～午前11:30	担当:中山朱子委員
	めんちょひろば	子育て支援センター「あいあい」	午前10:00～午前11:00	対象:子ども園入園前の子どもと保護者、妊婦さん 内容:リフレッシュヨガ(親子ヨガ、妊婦ヨガ) 動きやすい服装でご参加ください。 講師:田中真理子さん
	岩館第2介護予防教室	漁火の館	午後2:00～午後3:30	おうちでできる体操や脳を活性化するゲームをします。ゆっくりお茶こする時間もあります。お気軽にご参加ください。
26 水	心配ごと相談	八峰町社会福祉協議会	午前9:30～正午	担当:奈良マリ子相談員
27 木	椿健康教室	椿自治会館	午前10:00～午前11:30	内容:健康に関するお話ほか。 椿自治会の方はどなたでも参加ください。
28 金	1歳6か月児健康診査	八森保健センター	受付:午後0:30～午後1:00	対象:平成28年12月～平成29年3月生まれ
30 日	もりのカフェ	椿台コミュニティセンター「ぬかもり館」	午後1:30～午後3:30	「ぬかもり館」に集まって「お茶を飲みながらおしゃべりする」交流の場です。どなたでもお気軽においでください。「もりのカフェ」ののぼりが目印です。
	いさりびサロン	漁火の館	午前10:00～正午	対象者:岩館第2地区にお住まいの方 参加費:1人100円 お茶やおいしいお菓子を用意しております。

## 健康はっほう21ひろば

### ～八峰町こころの健康づくり事業のご案内～

あなたは、こころの健康を保つために、どんなことを行っていますか。  
その人なりの気分転換やストレス解消法はありますが、町内で行っているサロンやフォーラムなど、ぜひ足を運んでみてください。

#### ●八峰町「交流サロン」〈午後1:30～午後3:30〉

毎月10日と20日傾聴ボランティア「陽だまりの会」による交流サロンが開催されています。

『話し相手が欲しいとき』『ふっとさみしさを感じる時』『誰かと話したい』『気分転換したい』『何気なく通りかかったとき』など、皆さん気軽にお立ち寄りください。会員がお茶やコーヒーを準備してお待ちしております。

- ◎ 9月21日(金) : 交流サロン「らべんだー」  
埴川健康センター
- ◎ 10月10日(水) : 交流サロン「しーがる」  
ファガス



#### ●心といのちを考えるフォーラム

- ◎日 時: 10月20日(土) 午後1:30～午後4:00 (開場 午後0:30)
- ◎会 場: 八峰町文化ホール(ファガス)
- ◎内 容: 1. 主催者あいさつ(町長)  
2. 講演 自殺総合対策推進センター  
藤田 幸司 氏  
3. 特別企画 落語  
落語家 笑福亭 松枝 氏  
※町内送迎バス運行(詳細:後日ちらしにてお知らせします。)  
※陽だまりの会 交流サロンを開催:午後0:30～



ほんの少しの勇気と行動が  
世界をやさしくする



平成30年度 自殺予防週間 9月10日(月)～9月16日(日)

こころの健康相談 統一ダイヤル ☎ 0570-064-556  
相談対応曜日・時間は都道府県によって異なります。

24時間対応 よりそいホットライン ☎ 0120-279-338  
※手帳・家庭用・職場内からおかけの方  
IPアドレスで繋がります(※匿名可) ☎ 0120-279-226

支援情報 検索サイト <http://shienjoho.go.jp/>  
電話、メール、SNSなど様々な方法の相談窓口をご紹介します。

FAXでの相談の方 ☎ FAX 03-3868-3811  
伊勢電話及LINE OUT ☎ 050-3655-0279

SNS相談事業(平成30年上半年期)の実施団体  
厚生労働省 SNS相談 検索 いのち支える 厚生労働省

■問合せ先 八峰町福祉保健課 健康推進係 ☎76-4608