

## 7月16日～31日の行事予定

日・曜日	行事名	場所	時間	内容
18 火	役場窓口(一部)開庁	八峰町役場総務課 税務会計課	午後5:15～午後7:00	毎月第1および第3火曜日に戸籍・住民票等の発行や税金等の支払いなど、役場窓口の一部を時間を延長して実施します。
	水沢下介護予防教室	水沢コミュニティセンター	午後2:00～午後3:30	軽体操やレクゲーム、認知症予防訓練を実施します。
	あった会	ファガス(シーガル)	午後2:00～午後3:00	読み聞かせサークル「かもめ」が、絵本の読み聞かせなどをします。どなたでもお気軽にお立ち寄りください。
19 水	心配ごと相談	社会福祉協議会(旧八森中)	午前9:30～正午	担当:田村鐵夫相談員
	八森地区健康教室	八森第1コミュニティセンター	午後1:30～午後3:00	健康に関するお話ほか。八森第1・第2・第3自治会の方はどなたでも参加ください。
20 木	めんちょこひろば	塙川子ども園	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:塙川子ども園との交流
	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29年2月～平成29年3月生まれ
	交流サロン「らべんだー」	塙川健康センター	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	塙川健康センター	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 大高
21 金	中浜介護予防教室	中浜コミュニティセンター	午後2:00～午後3:30	軽体操やレクゲーム、認知症予防訓練を実施します。
22 土	普通救命講習会	八森保健センター	午前9:00～正午	※詳細は17ページをご覧ください。
23 日	もりのカフェ	榑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」榑台自治会員の交流の場です。榑台自治会の方は、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。
24 月	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。
25 火	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
	めんちょこひろば	子育て支援センター 「あいあい」	午前10:30～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:夏祭り
	岩館地区健康教室	岩館生活改善センター	午前10:00～午前11:30	健康に関するお話ほか。岩館自治会の方はどなたでも参加ください。
	浜田地区健康教室	浜田コミュニティセンター	午後2:00～午後3:30	「健康講話・健康相談」講話テーマ「熱中症予防について」 浜田自治会の方はどなたでも参加ください。
高野々介護予防教室	高野々公民館	午後2:00～午後3:30	軽体操やレクゲーム、認知症予防訓練を実施します。	
26 水	生き生き健康教室	八森保健センター	午前10:00～午後3:00	対象:脳卒中後遺症者 内容:健康チェック・リハビリ体操・理学訓練 ※参加希望者は八森保健センターへ ☎77-4050
	心配ごと相談	社会福祉協議会(旧八森中)	午前9:30～正午	担当:齊藤一義相談員
27 木	1歳児健康相談	八森保健センター	受付午前9:30～午前10:00	対象:平成28年6月～平成28年7月生まれ
28 金	立石健康教室	立石コミュニティセンター	午前10:00～午前11:30	健康に関するお話ほか。立石自治会の方はどなたでも参加ください。
	畑谷地区健康教室	畑谷生活改善センター	午後1:30～午後2:30	健康に関するお話ほか。畑谷自治会の方はどなたでも参加ください。
	椿介護予防教室	椿自治会館	午後2:00～午後3:30	軽体操やレクゲーム、認知症予防訓練を実施します。
29 土	生活とこころの無料相談会	八森保健センター	午後1:30～午後4:00	※詳細は14ページをご覧ください。
30 日	第12回八峰町民野球大会	峰浜野球場ほか3球場	開会式:午前7:30～	開会式後、ホームラン競争を行います!雨天時は翌週に順延。
31 月	行政相談	社会福祉協議会(旧八森中)	午前9:30～午前11:30	担当:辻正英委員
	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。

## 健康はっほう21ひろば

### 生活とこころの無料相談会

～平成29年度包括支援相談会～

臨床心理士、司法書士などの専門家と相談員が、どんな悩みでもお聴きして、相談者の皆さまの悩みにお応えしていきます。

悩みを一人で抱えず、相談してください。必ず解決の糸口はあります。相談無料で秘密は厳守いたします。



#### 相談内容

- 多重債務 ●法律問題 ●経済問題 ●家庭問題
- 職場の人間関係 ●こころの悩み ●若者の問題 など

#### 〈相談会の一例と相談者からの声をご紹介します。〉

平成25年度から開催されている相談会ですが、さまざまな相談がありました。相談内容によって、解決方法を見つけることができるよう専門機関に紹介したりと解決にむけてすすめています。

[相談者の声](病気になって働けなくなり、借金もあり、この先の生活に不安がある方)  
相談するのは抵抗があり、一人で悩んでいましたが、思いきって相談してみました。今まで自分の発想では頭になかったことや、解決法があることが分かったし、話すことで気が楽になり、相談してよかったと感じました。

#### 【相談員】

- ① 経済の相談…秋田なまはげの会会員2名  
経済苦・生活苦について債務整理や生活再建に向けた正しい知識を提供し、解決への道筋を助言します。
- ② 心の悩み相談…臨床心理士 北島正人 氏(秋田大学教育文化学部准教授)  
心の悩みについて、専門的な知識や技術を用いて相談援助を行います。

【開催日】1回目:平成29年 7月29日(土)  
2回目:平成29年12月 2日(土)  
3回目:平成30年 2月17日(土)

【時間】午後1時30分～午後4時

【場所】八森保健センター

【相談予約】※なるべく事前にお申込み下さい。(当日申込可)

- ① 相談日前日まで  
八峰町福祉保健課 健康推進係 保健師まで ☎76-4608  
午前8時30分～午後5時15分 \*土・日除く
- ② 当日  
八森保健センターまで ☎77-4050  
午前11時30分～午後2時30分

■問合せ先 八峰町福祉保健課 健康推進係 ☎76-4608