

**あなたの周りで悩んでいる人はいませんか  
9月10日～16日は自殺予防週間**

問合せ 健康推進課

平成30年、全国の自殺者数は20,840人でした。日本の自殺率は世界の中でも高い水準にあり、1日に約57人が自ら命を絶っています。

悩んでいる人に気づき、声を掛け、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人のことを「ゲートキーパー」といいます。私たち一人一人がゲートキーパーとしての意識を持ち、それぞれの立場でできることを進んで行うことで、尊い命を救うことができます。

**気づき・声掛け・傾聴**

眠れない、食欲がない、口数が少なくなるなど、「いつもと違う」様子はありますか。周りの人の変化に気づき、声を掛けたり耳を傾けたりしましょう。

**つなぎ**

早めに専門家に相談するように勧めましょう。

**見守り**

温かく寄り添い、じっくり見守りましょう。「あなたは大切な存在である」と伝えることが生きる力になります。



**精神障害者社会復帰教室**  
▼とき 木曜日(月2回)、午前9時30分(2～3時間)  
▼ところ 保健センター  
▼対象 市内在住の在宅で精神障害がある方  
▼内容 調理実習、健康についての講話、茶話会など  
▼申し込み 健康推進課へ

**神経系難病患者・家族教室**  
▼とき 9月25日(水)、午後2時～4時  
▼ところ 市民病院講堂  
▼対象 パーキンソン病・脊髄小脳変性症・多発性硬化症などの神経系の難病療養者



**骨粗しょう症検診**

▼とき 11月9日(土) 受付時間 ①午前8時30分②午前9時③午前9時30分④午前10時⑤午前10時30分⑥午前11時  
▼ところ 保健センター  
▼対象 市内在住で検診時、15歳以上の方(今年度、「節目で見直そう! 女性健診」を受けた方と中学生は除く)  
▼定員 各50人  
▼費用 500円 ※70歳以上の方、65歳以上で後期高齢者医療被保険者証を持っている方、生活保護を受けている方は無料  
▼申し込み 9月17日(火)～24日(火)(必着)に、往復はがきの往信裏に住所・氏名・生年月日・電話番号を、返信表に郵便番号・住所・氏名を記入の

☎1004969

**市民病院健康教室**

▼とき 10月3日(木)、午後2時～3時30分  
▼ところ 市民病院講堂  
▼内容 講話(①演題:認知症の診断と治療、講師:老年内科部長 廣瀬貴久 ②演題:認知症の予防のために、生活習慣と脳ト



**市民病院糖尿病教室 日程・内容**

とき	内容	講師
9月11日(水)	糖尿病について	医師
9月12日(木)	糖尿病と食事	管理栄養士
9月13日(金)	歯と眼の話	歯科衛生士、視能訓練士
9月17日(火)	糖尿病の日常生活	看護師
9月18日(水)	薬と運動の話	薬剤師、理学療法士



**市民病院糖尿病教室**  
▼日程・内容 左表(全5回)  
▼時間 午後2時～3時(最終日は午後3時15分まで)  
▼ところ 市民病院講堂  
▼問い合わせ 市民病院内科外来 ☎0587(32)2111

**すくすく広場(身体計測の日)**

▼とき 10月2日(水)、午前9時30分～11時  
▼ところ 保健センター  
▼対象 市内在住の乳幼児  
▼内容 保護者による身体計測、子育てネットワーカ-による親子遊び  
▼持ち物 母子健康手帳  
▼問合せ先 健康推進課

☎1005501



**妊産婦・成人歯科健康診査**

▼とき 10月11日(金)、午後1時～2時  
▼ところ 保健センター  
▼対象 市内在住の妊産婦または20歳以上の方  
▼定員 20人(先着順。5人以上で開催)  
▼内容 歯科健康診査(歯周疾患健診など)、歯科保健指導(ブラッシング指導など)  
▼持ち物 歯ブラシ、コップ、手鏡、タオル、母子健康手帳、健康手帳(手帳は持っている方のみ)  
▼申し込み 9月5日(木)～10月4日(金)に、健康推進課へ

☎1004979

**妊産婦・乳幼児に牛乳などを無料で差し上げます**

▼対象 市内在住で、次のいずれかに該当する妊産婦・乳幼児 ①生活保護世帯(単給世帯も含む) ②当該年度の市民税非課税世帯③前年度の所得税非課税世帯  
▼支給期間 妊婦:支給申請した月の翌月から出産した月(支給期間は6カ月以内)、産婦:出産の翌月から3カ月間、乳幼児:出生後4カ月となる月から9カ月間  
▼申請方法 該当する証明書と母子健康手帳を持参の上、健康推進課へ  
①市役所福祉課で発行する生活保護世帯の証明書②市役所

☎1005501

**節目歯科健康診査**

すくい歯でいい笑顔

▼とき 9月30日(月)まで  
▼ところ 市内実施医療機関  
▼対象 市内在住で令和元年度に50・55・60・65・70歳になる方  
▼内容 歯科健康診査(歯周疾患健診など)、歯科保健指導(ブラッシング指導など)  
▼申し込み 直接医療機関へ  
▼問合せ先 健康推進課



**からだ・こころ・暮らしの健康健康フェスティバル**

問合せ先 健康推進課 ☎1004981

とき 10月6日(日)、午前9時～正午・午後1時～4時 ※入場は午後3時30分まで  
ところ 保健センター、県一宮保健所稲沢保健分室(大塚町)

**【保健センター会場】**

- ◆確認! 脳内力(認知症チェックと予防法)
- ◆AED 取り扱いコーナー
- ◆薬物乱用防止広報車の展示
- ◆お口の健康チェックコーナー(午前のみ)
- ◆親子でからだを使って遊ぼう♪(午前のみ)
- ◆ゆったりすっきりストレッチ(午後のみ)
- ◆薬剤師に聞いてみよう(午後のみ) 禁煙☆サポート、薬の相談、キッズクイズラリー
- ・からだ不思議コーナー ABO 式血液型検査(定員は午前・午後各120人)、医師健康相談
- ・胃がん検診 ※予約が必要 定員50人(先着順。9月6日(金)午前8時30

分から電話で健康推進課へ)

- ・ヘルスメイトコーナー、展示コーナー(防災、自殺防止、脳卒中予防)、健康チェックコーナー、歯科コーナー、献血コーナー、献腎献眼骨髄バンクキャンペーン、いなっぴー握手会

**【県一宮保健所稲沢保健分室会場】**

- ◆手洗い実験&あわあわゴッシーのうた♪
- ◆チャレンジスポーツ

**チャレンジラリー**

- ◆の印がついているイベントに3つ以上参加すると景品をプレゼント
- クイズラリー** 参加者全員(小学生以上)に景品をプレゼント