



乳がん検診を毎週午後を受診できます (申し込みは希望日の1週間前まで)

JCHO 秋田病院 毎週金曜日(☎52-3127) 保健センター 第3水曜日(☎58-2838)

地域医療と介護の連携を目指し

事例検討会を開催します

ケア・メイトのしろ主催。

医療や介護、福祉に携わる方や関心のある方を対象に、介護支援専門員による事例紹介やグループワークを行います。

日時 7月12日(金)

午後7時～8時30分

場所 市役所大会議室

問合せ 長寿いきがい課

☎89・5355

あなたの健康のために

日曜日に

がん検診を受診できます

肺がん、胃がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がんの検診を受診できます。検診内容や料金など詳しくはお問い合わせください。

日時 7月7日(日)

午前8時30分～

(受付：午前8時～)

場所 保健センター

定員 40人

申し込み 事前に電話で

問合せ 健康づくり課

☎58・2838

7月献血日程のお知らせ

受付	場所
7月9日(火)	10:00～11:00 キョーリン製薬グループ工場能代工場
	11:40～12:10 白神森林組合
	13:45～14:15 サンビレッジ清風のしろ
7月20日(土) 献血キャンペーン	9:30～11:00 いとく能代ショッピングセンター
	13:00～16:00
7月23日(火)	10:00～10:30 秋田いすゞ自動車能代営業所
	11:10～11:40 庄内機械

問合せ 能代保健所 ☎52-4333 健康づくり課 ☎58-2838

家族が共に支え合える環境づくりのため

精神保健福祉家族学習会を開催します

開催します

精神科認定看護師や精神保健福祉士、臨床心理士の方を講師に迎え、統合失調症患者との向き合い方について学習会を行います。

期間 7月18日(木)／8月22日(木)

時間 午後1時30分～3時30分

場所 能代保健所

申し込み 事前に電話で

問合せ 能代保健所

☎55・8023

笑顔で心もからだも元気に

能代笑いヨガの会を開催します

開催します

「笑いの体操」と「ヨガの呼吸法」を組み合わせた笑いヨガでリフレッシュしてみませんか。

日時 7月6日(土)

午前9時45分～10時45分

場所 能代市文化会館

費用 500円

問合せ のしろ笑い塾

☎080・7987・4528

母子寡婦福祉連合会

親子研修会の参加者を募集します

募集します

山形県鶴岡市の加茂水族館へ日帰りバス旅行を行います。

期日／集合 7月28日(日)

二ツ井町庁舎前／午前7時

市役所駐車場／午前7時45分

対象 母子家庭の親子または寡婦

費用

中学生以上

会員 1300円

非会員 1800円

小学生まで

会員 700円

非会員 1200円

申し込み 7月14日(日)までに

電話で

問合せ 母子寡婦福祉連合会

☎52・9512(今立)

☎73・3286(大森)

あなたの命をささえます

ひとりで悩まずご相談ください

問合せ 健康づくり課 ☎58-2838

県内の自殺者数は、近年減少傾向でしたが、県警によると、1～4月までで77人、昨年同時期と比べ24人増加しています。

能代市においては平成25年～29年に年間12～19人の方が亡くなっています。

自ら死を選ぶことは、誰にでも起こりうる問題です。市では悩みや不安を抱える方のため、さまざまな相談窓口を設けています。一人で抱え込まず、まずはご相談ください。

— ころの相談窓口はこちら —

●相談電話 (市役所開庁時のみ)

健康づくり課 ☎58-3699

●心の傾聴ボランティア サロン

市内の傾聴団体が相談に応じます。開催日などは広報のしろP10に掲載するほか北羽新報でお知らせしています。

●ころの体温計(能代市メンタルチェックシステム)

パソコンやスマホで気軽にストレス度や落ち込み度をチェックできます。右のQRからアクセスしてください。



●よりそいホットライン

全国共通番号 ☎0120-279-338(24時間無料対応)

