


**福祉・健康**

**3月は自殺対策強化月間です**

3月は、進学や就職、転職、退職など、生活環境が大きく変化し、ストレスや不安を抱えやすい時期です。ストレスを感じたら休憩をとり、悩みや不安を抱えたときはひとりや不安心を、周囲の人や各種相談機関に相談しましょう。

身近な人が悩んでいることに気づいたら、声を掛けてゆっくり話を聞き、必要に応じて適切な相談機関につなぐことも大切な取り組みです。  
問合せ 健康づくり課 ☎58・2838

**こころの体温計**  
ストレス度や落ち込み度を確認できます。  


**つらい時にはご相談を**  
○心の相談電話(健康づくり課) ☎58・3699  
○こころの電話相談(県精神保健福祉センター) ☎018・831・3939  
○こころの健康相談ダイヤル

☎0570・064・556  
○能代保健所 ☎55・8023

○よりそいホットライン ☎0120・279・338  
○SNS相談 SNSからの相談にも応じています。

○心の傾聴ボランティアサロン 市内のボランティア団体が相談に応じます。開催日は広報のしろお知らせ版の最終ページに掲載しています。



**介護職員初任者研修科 受講生募集**

**期間** 5月16日(火)～8月9日(水)  
**場所** 潟上市内(予定)  
**対象** ハローワークへ求職申し込みをしている方  
**定員** 15人  
**申し込み** 3月23日(木)～4月19日(水) ハローワーク能代へ  
**問合せ** 秋田技術専門学校 ☎018・895・7167

**手話通訳者養成研修会**

**期間** 5月13日(土)～(全17回)  
**場所** 大館市内  
**申し込み** 3月20日(月)までに県聴覚障害者支援センターへメール (akita-chokaku@fukinoto.or.jp) ファクス (018・862・1820) で

**問合せ** 同センター ☎018・874・8113



**一般介護予防教室**

運動不足やもの忘れなどを予防し、生き生きとした生活を送ることができるように介護予防教室を開催します。

**北地域包括支援センター**

**日時** 毎週水曜日 午前10時～11時30分  
※3月29日(水)は休み  
**場所** 特養しののめ

**南地域包括支援センター**

**日時** 3月16日(木) 午前10時～11時30分  
**場所** 南部公民館  
**対象** 65歳以上の方

**不妊治療費など 各種助成の申請はお早めに**

**● 各種助成の申請期限が、3月31日(金)までとなっております。期限までに申請できない場合は事前にご連絡ください。申請の要件や方法など、詳しくはお問い合わせください。**

**● 不育症治療費助成 (市助成)**

妊娠後、流産や死産を繰り返している場合の治療や検査の費用を助成します。  
**限度額** 15万円/年度

**● 成人の風しん 予防接種費助成(市助成)**

妊娠を希望する方やパートナーなどを対象に麻しん風しん混合ワクチン、風しん単独ワクチン接種費用を全額助成します。

**◇ いずれも**

**申請方法** 申請書に必要書類を添え、3月31日(金)までにめんchoから送付可。  
**送り先・問合せ** 〒016-8501 上町1-3-3めんchoから ☎89・2948

**● 特定不妊治療費助成 (県助成)**

体外受精、顕微授精などの生殖補助医療の費用を助成します。  
**限度額** 治療内容によって異なります。

※県で定めた限度額を超えた場合、その超過分を市で助成します。市の限度額は1回の治療あたり15万円です。県助成の詳細については能代保健所(☎52・4333)へお問い合わせください。