すこやかだより

めざせ！ハッピーライフあぐい21

保健センター通信

オアシスセンター1階
TEL（48）1111
（内311・312）

「わくわく♪モグモグ教室」参加者募集

子どもにとって食事とは、栄養を取るだけでなく、心の成長発達のためにも大切なものです。

「わくわく♪モグモグ教室」では、親子で一緒に簡単な料理を作って、楽しく食べます。（メニューは当日のお楽しみ。）

託児もありますので、希望の方は申込時にお伝えください。

■**日　時**　10月1日（火）午前10時～午後0時30分
■**会　場**　保健センター（オアシスセンター内）
■**講　師**　食生活改善推進員
■**対　象**　就園前の幼児と保護者
■**費　用**　親子ペアで400円（1人増につき100円追加）
■**持ち物**　エプロンと三角巾（子ども用と保護者用）、食器を拭くためのふきん、水筒（水分補給用）、母子健康手帳
■**定員・申込期限**　20組（申し込み多数の場合は抽選）・9月24日（火）
■**申し込み・問い合わせ先**
健康介護課保健係　☎（48）1111（内311・312）

自殺を食い止めるために関心を持ちましょう
9月10日～16日は「自殺予防週間」です

自殺の原因はさまざまですが、自殺をくい止めるには、一人一人が“心の健康”に関心を持つことが重要です。心に悩みを抱えている人が発するサインに早く気付いてあげて、「どうしたの？」と一声掛けることや、専門の相談窓口につなげることが大切です。

自殺予防週間（9月10日～16日）に合わせ、9月10日（火）に県下一斉の街頭啓発キャンペーンを実施し、自殺予防についての呼び掛けを行います。この機会に皆さんも、自殺予防に関心を持ちましょう。

■**問い合わせ先**
健康介護課保健係（オアシスセンター内）
☎（48）1111（内311、312）

◎相談窓口について

心に悩みを抱えている方々が気軽に相談できる相談窓口は、各地にあります。自殺を考える前に、身近な人への相談や、相談窓口へ連絡してください。

☆メンタルヘルス相談
（電話相談または面接）
実施日時　平日午前9時～正午、午後1時～午後4時30分
実施場所　半田保健所
☎（21）3341

☆心の健康電話
あいちこころほっとライン365
実施場所　年中無休で午前9時～午後4時30分
☎052（951）2881