



お知らせ

健康増進課 (保健福祉センター内) ☎0297・25・2100

一人で悩まず相談してみませんか

こころの健康相談

ストレスがかかり過ぎると、「こころ」だけでなく、「からだ」にも影響が現れる場合があります。気分の落ち込みや睡眠・食欲の変化など、普段と違う変化が見られたら、「こころ」が疲れているサインかもしれません。一人で抱え込まず、まずは誰かに相談してみませんか。

医師による健康相談(予約制)

精神科医による予約制相談です。実施日の前日までに、電話か予約メールフォームからお申し込みください。
▼日時 9月17日(金) 午後2時～3時30分

場所 保健福祉センター

(古川1015・1)

申し込み先 健康増進課

メールフォームはこちら▼



精神保健相談

専門スタッフ(精神保健福祉士・保健師)による相談も受け付けています。お気軽にご連絡ください。

こころの体温計

パソコンや携帯電話から、気軽にメンタルヘルスのチェックができます。ご利用は無料(通信料は除く)です。「本人モード」「家族モード」な



ど、複数のモードを選べるほか、「生活習慣チェック」も可能です。ホームページ (<https://fshbowindex.jp/tukubamir/>) かQRコードからアクセスできます。QRコードはこちら▼



ゲートキーパー研修会

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴き、必要な支援につなぐ役割が期待される「ゲートキーパー」を学ぶ研修会を実施します。研修会では、自殺とも関連が深い「うつ」への理解や対応方法などを学びます。身近な家族や大切な人を支える一助になればと思います。ぜひ、ご参加ください。

日時 9月26日(日) 午前9時30分～正午

場所 保健福祉センター

(古川1015・1)

講師 研究学園なほしくクリニック

院長 小野 真吾 医師

定員 10人(予約制)

申し込み先 健康増進課に電話または

窓口でお申し込みください。

申込期限 9月24日(金)



お知らせ

伊奈庁舎社会福祉課 (内線4104)

全国一斉「子どもの人権110番」強化週間

法務省と全国人権擁護委員連合会は、「いじめ」や児童虐待など子どもをめぐるさまざまな人権問題の解決を図るための人権相談活動を強化することを目的として、全国一斉「子どもの人権110番」強化週間を実施し、悩みを持ったお子さんや保護者の方から相談に応じます。

秘密は守られるので、安心してご相談ください。

▼期間 8月27日(金)～9月2日(木)

▼時間 午前8時30分～午後7時

※土、日曜日は午前10時～午後5時

☎0120・007・110 (全国共通フリーダイヤル)

▼実施機関 水戸地方法務局・茨城県人権擁護委員連合会

▼相談員 法務局職員・人権擁護委員

▼備考 期間外にも、平日の午前8時30分から午後5時15分まで、同じ電話番号で相談をすることができます。



子育て

就学時健康診断のお知らせ

教育委員会学校総務課 (内線7109)

令和4年4月に就学する児童の就学時健康診断を10月、11月に実施します。

就学時健康診断を受診する小学校・実施日・受付時間などを記載した「健康診断通知書」を8月末に自宅へ郵送する予定です。送付された通知書に必要事項を事前にご記入の上、通知書に記載された小学校で受診してください。

この通知書の裏面は、入学に必要な健康調査書となっておりますので、事前にご記入の上、必ず健診当日にお持ちください。

次の方は、教育委員会学校総務課までご連絡ください。

○9月10日(金)までに健康診断通知書が届かない場合

○指定された日程では都合が悪い場合

や、市立小学校以外の学校に入学予定で、本市の就学時健康診断を受診しない場合

※詳細については、通知書と同封したチラシをご覧ください。

健康調査書となっておりますので、事前にご記入の上、必ず健診当日にお持ちください。

健康調査書となっておりますので、事前にご記入の上、必ず健診当日にお持ちください。