

保 健
便 り

ヘルスインフォメーション
Health Information

問い合わせ先 健康増進課 ☎(32)8905

募 集

健康推進員を募集します

あなたの力を健康づくりに活かしてみませんか

健康寿命の延伸を図るには、健康を増進し疾病の予防が重要です。そこで、市は健康な暮らしを守るため、自分と家族の健康づくりから地域の健康づくりにつながられるよう、市民の皆さんと協働した健康づくり活動を行います。そのため、健康推進員の養成講座を開催します。健康推進員とは、市民のリーダーとして行政と一緒に健康づくりを担うボランティアです。

- 募集要件 健康づくりに関心があり、地域において健康推進員として活動できる方
- 養成講座の日程と内容
 - ① 7月6日(木) ゆうゆう館 午前9時～午後3時

相 談

子育て巡回相談

子育てに関する様々な悩みや心配ごとの相談を、市内の子育て支援センターで、心理士・保育士等がお受けします。

■日時 5月22日(月) 午前9時～11時

※奇数月に実施予定

■相談員 心理士・保育士

■会場 子育て支援センターつくし(ゆうゆう館内)

■日時 5月29日(月) 午前9時～11時

※奇数月に実施予定

■相談員 心理士・看護師・保育士

■会場 子育て支援センターみるく(わかば保育園内)

※「みるく」を初めて利用される場合には、防犯対策のために入館者登録(名札代)310円がかかります。

※子育て支援センターでは、相談日以外でも随時保育士が相談をお受けしています。

健康相談

「眠れない、食欲が落ちた、体や頭が重い」など、誰にも相談できずにつらい思いをしている方はいませんか?

精神科医が対応する「こころの健康相談」を実施します。相談することで、今のつらさが少しでも軽くなればと思います。ぜひ、ご利用ください。

■日程 7月4日(火) 午後2時～4時

■場所 市役所

■相談員 精神科医

■料金 無料

※予約制ですので、相談日の一週間前までにご連絡ください。

※相談日以外でも随時保健師が相談をお受けします。

