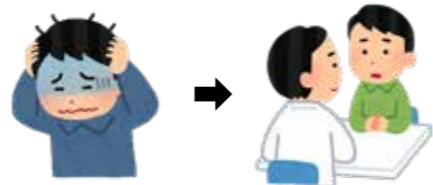


9月10日から16日までは「自殺予防週間」です

★大切な命を守るためにあなたができること★

◎誰にも話せないことを話せる場所があります  
「これからどうやって生きていけばいいんだろう…」  
「消えたい…もう生きるのをやめたい」  
そんな思い、一人で抱え込まずに相談しませんか？



◎周囲に悩んでいそうな人がいたら・・・



周囲に心理的に追い詰められて、つらそうな人がいたら「どうしたの？」  
と一声掛けてあげてください。「一人きりじゃない」と思えることで  
気持ちが軽くなることもあります。  
専門家へつなぐことが必要と感じたら、下記の相談窓口を紹介しましょう。

<自殺予防や心の健康を支援する相談窓口>

こころの悩み

- 北海道立精神保健福祉センター  
こころの電話相談 ☎0570-064-556  
月～金 9時00分～21時00分  
土日祝 10時00分～16時00分  
※12月29日～1月3日を除く
- 24時間対応相談機関  
北海道いのちの電話 ☎011-231-4343  
よりそいホットライン ☎0120-279-338  
※チャットやSNSによる相談にも対応



働く人のメンタルヘルス

- こころの耳電話相談 ☎0120-565-455

身近な相談窓口

- 新ひだか町  
保健福祉センター健康推進課 ☎42-1287  
保健師の個別相談を随時行っています
- 静内保健所 ☎42-0251  
精神科医、保健師などによる「こころの健康  
相談（無料・予約制）」を行っています  
保健師の個別相談も随時行っています

支援情報検索サイト（厚生労働省）

<http://shienjoho.go.jp>



※図書館（本館・三石分館）では、9月1日から20日までの期間中、メンタルヘルスミニ展示（こころの健康に関するリーフレット配布や書籍紹介など）を行っていますので、どうぞお立ち寄りください。

【問合せ】 保健福祉センター健康推進課 ☎42-1287

無料送迎バス検診受付中!



北海道対がん協会札幌がん検診センター 出発 三石地区 5時50分 到着 静内地区 14時00分頃  
まで無料送迎バスを運行しています。 静内地区 6時20分 三石地区 14時40分頃

運行日	締め切り	定員	検診内容
10月15日(金)	10月1日(金)	16人	胃がん（バリウムまたは胃カメラ）、肺がん、大腸がん、子宮がん、乳がん、特定健康診査、後期健康診査、肝炎ウイルス、エキノコックス症
2月10日(木)	1月27日(木)		

【問合せ】 保健福祉センター健康推進課 ☎42-1287

9月 健診・相談



行 事	と き・ところ
幼児健診	9日(休)12時00分～ 保健福祉センター
	16日(休)12時30分～ 総合町民センター
乳児健診	30日(休)8時45分～ 12時30分～ 保健福祉センター
フッ素塗布	28日(火)13時00分～16時30分 保健福祉センター
	29日(水)9時00分～11時00分 13時00分～16時30分 保健福祉センター

詳しくはお問合せいただくか、町公式ホームページでご確認ください。なお、健診日程などが延期または変更になる場合は、別途通知します。



【問合せ】 保健福祉センター健康推進課 ☎42-1287

あこやが



やまもと そうま くん (6歳)



ささき たかひこ くん (6歳)



とみおか えまちゃん (2歳)



さとう まなか ちゃん (2歳)

9月 温泉・コミュニティバス運行表

乗車時に降車場所をお知らせください

◆温泉バス（静内地区）

地 区	運行日
中野町（3丁目を除く） 旭町（新生自治会地区、公住地区を除く） 神森（第2自治会地区を除く） 目名 静内駅周辺 清水丘	7日(火)、16日(木)
中野町3丁目 神森第2自治会地区 旭町新生自治会地区 旭町公営住宅地区	8日(水)、22日(水)
田原・豊畑	9日(木)、28日(火)
市街地・真歌・入船町	2日(木)、3日(金)、 15日(水)、17日(金)、 24日(金)、30日(木)
川合・西川	14日(火)、24日(金)
春立・東別・東静内・浦和	1日(水)、22日(水)
御園・農屋・桔梗親和	10日(金)、28日(火)

◆コミュニティバス（三石地区）

地 区	曜日	方面	運行日
稲見・川上・清瀬・ 歌笛・庄内・谷地・ 美野和の一部・本桐・ 晃舞	月	静内	6日
		浦河	13日、27日
稲見・川上・清瀬・ 歌笛市街・久遠・本 桐・晃舞・東蓬萊	火	静内	7日、21日
		浦河	14日、28日
稲見・歌笛・谷地・ 本桐・蓬萊・富澤・ 豊岡・西蓬萊・旭町 団地・緑ヶ丘公営住 宅	水	静内	8日、22日
		浦河	1日、15日、29日
福畑・富澤・豊岡・ 西端・越海町・港町・ 本町	木	静内	9日
		浦河	2日、16日、30日
美野和・歌笛市街・ 久遠・本桐シユム 口・福畑・豊岡・ 西蓬萊・旭町団地	金	静内	10日、24日
		浦河	3日、17日

- 市街地の方は前半1回、後半1回の月2回の利用です。
- 温泉を無料で利用するには、温泉入館料無料券が必要です。
- 温泉バスは、65歳以上の方が利用できます。
- 時刻・運行経路は、静内庁舎福祉課までお問合せください。  
(☎49-0286、FAX43-3900)

- 静内方面は「静内温泉」を、浦河方面は「みついし昆布温泉蔵三」を経由します。
- コミュニティバスはどなたでも利用できます。
- 時刻・運行経路は、三石庁舎地域振興課までお問合せください。(☎33-2111)