

## たまひよ広場

対象：生後1か月～12か月児と保護者  
 会場：鏡野町保健センター  
 内容：子育て・離乳食の相談、  
 身体測定



月 日		
4月22日(水)	8月19日(水)	12月9日(水)
5月13日(水)	9月16日(水)	令和3年1月13日(水)
6月10日(水)	10月14日(水)	2月10日(水)
7月15日(水)	11月18日(水)	3月17日(水)

## 離乳食教室

対象：生後5か月～1歳3か月児と  
 保護者  
 会場：鏡野町保健センター  
 内容：離乳食の  
 調理実習と試食

月 日	
5月21日(木)	11月10日(火)
7月 7日(火)	令和3年1月19日(火)
9月 8日(火)	3月 2日(火)

## 令和2年3月1日(日)～3月7日(土)は 「子ども予防接種週間」

です

期間中は、土・日曜日にも  
 接種ができる医療機関が  
 あります。接種をご希望の  
 方は、事前に必ず医療機関  
 へご確認ください。



## 『インフルエンザ予防接種費用の一部助成における払い戻し』 について手続きはお済みですか？

【対象者】①6か月から中学生に相当する年齢の方で、**町外**の医療機関で接種された方  
 ②65歳以上の方で、**県外**の医療機関で接種された方  
 ※詳しい手続き方法は、下記までお問い合わせください。

払い戻し手続き  
**3月6日(金)**  
**メ切**

## 3月は「自殺対策強化月間」です

\*\*\* 大切なことは「気づく」「傾聴する」「つなぐ」「見守る」こと \*\*\*

一人で悩みを抱え込み、誰にも相談できずに自ら命を絶つという悲劇が後を絶ちません。  
 自殺の背景には、精神保健上・健康上の問題だけでなく、過労・生活困窮・育児疲れや介護疲れ・いじめや孤立  
 等の様々な要因があります。それらの要因が絡み合うと、誰もが心の健康を損ない心理的に追い込まれる可  
 能性があります。

あなたやあなたの身近な人に、悩みや問題を抱えてつらい思いをしている人はいませんか？

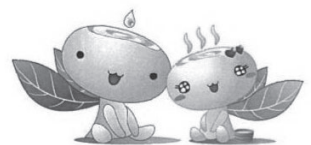
一人で解決できない悩みや問題は、抱え込まず早めに相談することが大切です。

また、身近にいる人が、悩みや問題を抱えて悩んでいる様子なら、まずはやさしく声をかけてみてください。

あなたの勇気と行動が、かけがえのない命を守ります。

### 相談機関

岡山県精神保健福祉センター ころの電話相談(086-201-0828)  
 岡山いのちの電話(086-245-4343)・美作保健所(0868-23-0163)  
 鏡野町役場保健指導推進センター(0868-54-2025)など



大切な命を  
 みんなで守ろう

自殺の危険を示すサインに早く気づき、声をかけて話を聞き、必要な支援につなげて  
 見守ることができる人を、“ゲートキーパー(命の門番)”と言います。かけがえのない  
 命を守るため、町民皆さんが、ゲートキーパーとして自殺防止の意識を持ちましょう。

お問い合わせ先：保健福祉課 保健指導推進センター 担当：保健師・栄養士 電話(0868)54-2025 FAX(0868)54-2891