

## 9月10日から16日は自殺予防週間

悩みをひとりで抱え込まず、早めに専門機関に相談することが大切です。  
また周りの気づきや理解、支援が大切な人のかけがえのない命を守ることになります。

大切なことは「気づく」「聴く」「つなぐ」「見守る」ことです  
鏡野町でも毎年大切な命が失われています。

### ★専門相談機関★

- 岡山いのちの電話 **086-245-4343** 24時間  
いつでも可
- 美作保健所 **0868-23-0145**
- 岡山県精神保健福祉センター  
こころの電話相談 **086-201-0828**
- 鏡野町役場  
保健指導推進センター **0868-54-2025**

## 8020表彰を行います!

80歳以上で、自分の歯を  
20本以上持っている方の表彰を行います!

鏡野町では、健康づくりや介護予防に向け、  
「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう!」という活動をすすめています。  
しっかり噛んで、しっかり食べられることは、心身の元気につながります!

### ◆対象者

- ① 鏡野町在住の80歳以上の方(令和2年度中に80歳になる方も含む)
  - ② ご自身の歯を20本以上お持ちの方
- ※ 今までに町の表彰を受賞された方は、対象外となります。

### ◆表彰の方法

決定された方には、表彰状及び記念品をお届けします。  
(敬老祝賀会会場での表彰はございません。)

### ◆申し込み方法

鏡野町役場保健福祉課または各振興センターにある「自薦書」に記入、捺印し、  
提出してください。

※ 申し込み締め切り：令和2年10月16日(金)