たまひよ広場

対　　象：妊婦、1か月児～1歳児と保護者
会　　場：保健センター
受付時間：午前9時30分～午前10時30分
内　　容：赤ちゃんの身体計測、
育児相談、離乳食相談など

平成31年（2019年）		
4月16日（火）	5月16日（木）	6月12日（水）
7月18日（木）	8月21日（水）	9月18日（水）
10月16日（水）	11月19日（火）	12月18日（水）

平成32年（2020年）	
1月16日（木）	2月18日（火）
3月19日（木）	

離乳食教室

対象：生後5か月～1歳3か月の赤ちゃんと
その保護者
会場：保健センター
時間：午前10時～午前11時30分ごろまで
※午前9時50分までにお越しください
内容：赤ちゃんの成長に合わせた離乳食のお話や、調理実習・試食を行います。

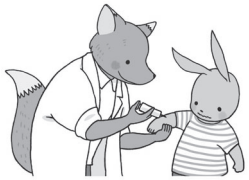
平成31年（2019年）	
5月21日（火）	7月9日（火）
9月5日（木）	11月12日（火）

平成32年（2020年）	
1月21日（火）	3月5日（木）

※当日、鏡野町に気象庁が発表する警報が発令されている場合は、中止となります

平成31年3月1日（金）～3月7日（木）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

※くわしい手続き方法は下記までお問い合わせください。

3月8日メ切

3月は「自殺対策強化月間」

全国では、年間2万人を超す人が、自ら尊い命を絶っています。自殺防止対策においては、声かけがあると「死にたいと思う気持ち」はおよそ2分の1に減少すると言われています。一人ひとりが、身近な人の様子を気にかけ、こころのサインに気づくことが、いのちを守ることにつながります。

身近な人に、こんな様子はありませんか？

①以前と比べて表情が暗く、元気がない
②体調不良の訴えが多くなる
③仕事や家事の能率が低く、ミスが増える
④周囲との交流を避けるようになる
⑤遅刻、早退、欠勤（欠席）が増える
⑥趣味やスポーツ、外出をしなくなる

あなたは、最近こんなことがありませんか？

①これまで楽しんでやれていたことが、楽しめなくなった
②以前は楽にできていたことが、今ではおっくうに感じられる
③自分が役に立つ人間だと思えない
④わけもなく疲れたような感じがする
⑤毎日の生活に充実感がない

こころの不調に気づいたら、早めに専門医に相談しましょう。
大切なことは「気づく」「傾聴する」「つなぐ」「見守る」こと。

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