

9月は岩手県自殺防止月間です

あなたの悩み、お聴かせください



病気のことや経済的なこと、家族のことなど、一人で多くの悩みを抱え「このまま悪い状況から抜け出せない」「誰にもこのつらさを分かってもらえない」「相談したいが、話したことがみんなに広がるのでは」など、自分の胸にしまいこんでいませんか。

抱える悩みは一人一人違います。すぐに解決はできないかもしれませんが、相談できる人や場所が一つでもあると、気持ちを整理したり、新たな解決策のヒントを得られるでしょう。

困ったときはお互いさまです。あなたの気持ちをお聴かせいただけないでしょうか。

- 個別相談（無料）**
 - 町の保健師による相談
月～金曜日／9時～16時（祝日・年末年始除く）
 - こころの健康相談日
[期日] 9月9日(金)、12月9日(金)、3月10日(金)
[受付] 13時30分～15時30分
精神科医師が個別に対応します。要予約（健康福祉課へ）
※どちらも相談会場は、保健センターです。
- 電話相談（無料）**
 - こころの電話相談 ☎019-622-6955
[時間] 月～金曜日 9時～21時（祝日・年末年始除く）
※精神保健福祉センターの相談員が対応します。
 - 盛岡いのちの電話 ☎019-654-7575
[時間] 月～土曜日／12時～21時、日曜日／12時～18時
※どちらも相談は無料ですが、通話料がかかります。

子どもの貧困対策について理解を深めましょう
9/29(木) 要保護児童対策研修会を開催

子どもの将来がその生まれ育った環境に左右されることのないよう、また子どもたちが自分の将来に希望を持てる社会の現実を目指し、県では「いわての子どもの貧困対策推進計画」を策定しました。

この計画について理解を深めるとともに、実際に子どもの貧困対策に取り組む団体の事例紹介を通じ、子どもの貧困に対する関心を高めていただくことをねらいとして次のとおり研修会を開催します。

どなたでも参加できますので、ぜひご来場くださるようお願いします。

- 日時 9月29日(木) 15時～16時30分
- 場所 保健センター1階（集会室）
- 内容
 - ▷講話「いわて子どもの貧困対策推進計画について」
講師／県保健福祉部子ども子育て支援課職員
 - ▷事例紹介「食品の無償提供の取り組み」
発表者／NPO法人フードバンクいわて(盛岡市)
- 主催 町要保護児童対策委員会
(事務局／健康福祉課)



10月1日から始まります
「B型肝炎ワクチン」の定期予防接種



- 対象者と接種回数
4月1日以降に生まれた0歳児で、1歳になる前に3回の接種を終える必要があります。
1歳になってしまうと定期接種の対象外（有料）となりますので、接種スケジュールを確認の上、予防接種を受けるようにしてください。
- 接種スケジュール
1回目の接種から3回目の接種を終えるまでには、およそ半年かかります。
4月、5月生まれの乳児であって、10月の定期接種開始以降に初めてB型肝炎ワクチンを受けられる方は、10月時点ですでに生後5～6カ月が経過しているため、接種日程の管理が重要です。お早めに主治医とご相談ください。
- 接種費用
10月1日から無料です。ただし、3月31日以前に生まれた就学前の子どもは、定期接種の対象外（有料）となり、接種費用は自己負担となりますが「くずまキッズ予防接種事業」により、接種費用を助成しています。詳しくは、健康福祉課にお問い合わせください。

忘れずに受診しましょう
婦人検診

9/30(金)
～
10/2(日)

乳がんや子宮頸がんは、子育てや仕事、介護など女性として最も忙しい時期にかりやすい病気ですが、早期に発見し、適切な治療を受ければ治すことができます。
定期的に検診を受け、自分の体の状態を確認しましょう。

▽昭和生まれ
奇数年度生まれの方
▽平成生まれ
偶数年度生まれの方
▽特別対象者
医師の指示などにより、毎年
の検診で経過観察が必要な方

▽乳がん検診（40歳以上）
マンモグラフィ撮影
※40歳代のみ乳腺超音波検査
▽子宮頸がん検診（20歳以上）
視触診、細胞診

今年度の検診対象者

検診日程
9月30日から10月2日までの3日間、町内3会場で実施します。
検診委託機関では、医師確保が困難な状況のため、今年度から検診会場の集約を行いました。例年以上の混雑が予想されますので、予めご了承ください。

検診料金
無料です。ただし、特別対象者は、全額自己負担となりますのでご注意ください。

※事前申し込みをしない方でも受診できますので、地区の保健委員または健康福祉課へお問い合わせください。

■婦人検診日程（お住まいの地区の会場で受診できない場合は、都合の良い検診日に受診してください）

月日	受付時間	会場	対象地区
9月30日(金)	9:00～10:00	江刈農村センター	江刈馬淵、遠矢場、車門、山岸、五日市、栗山、泉田小苗代、中村、寺田、大沢、橋場、野中
	12:30～13:30	小屋瀬農村センター	吉ヶ沢、土谷川、元木、小屋瀬、上外川
10月1日(土)	9:00～10:00	保健センター	下冬部、田屋、根地戸、市部内、境の沢、名前端毛頭沢、前里、田部馬淵、正路、寺畑、触沢、上田野小田、垂柳、星野、馬場
	12:30～13:30	保健センター	田子、田代、平船
10月2日(日)	9:00～10:00	保健センター	城内小路、下町、新町、浦子内
	12:30～13:30	保健センター	四日市、江刈川、茶屋場



長岡 啓子さん (田子)
☎66-2602



服部 正仁さん (下町)
☎66-2520

気軽に相談ください

▽身体障がい者相談員
▽知的障がい者相談員

町は、障がいを抱える方のさまざまな相談に対応するため、身近な地域の相談員として、身体障がい者相談員、知的障がい者相談員をお願いしています。
無料で相談できますので、気軽にご相談ください。