

## 3月は「自殺対策強化月間」です

3月はこれまでの環境や人との別れがあり、また4月からの新しい環境への不安を感じる時期でもあります。ひとりで不安に耐えるのはつらいことです。誰かに気持ちを話すと「ほっと」できるかもしれません。

ページ番号  
1002358



市では「いのちを支え きぼうが未来につながる まちの実現」をスローガンに、こころの保健室やこころの健康講座、ゲートキーパー(※)の養成など、自死対策を推進しています。

不安でこころが疲れたら、健康課の「こころの保健室」や「悩みごとに関する各種相談窓口」で話してみてください。

自分や大切なひとのこころを守る方法は、「ゲートキーパー養成講座」や「こころの健康講座」でも知ることができます。詳細は市ホームページをご覧ください。



▲ゲートキーパー養成講座



▲こころの健康講座

※ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。

☎ 健康課 ☎84-0662



### 出張!こころの保健室 「ストレスチェックをしよう」

ページ番号  
1002357



保健師によるこころの相談と唾液検査によるストレスチェックや肌年齢測定が受けられます。

時 3月13日(金) 10時~15時

場 イオン半田店はんだ健康情報ステーション

対 市内在住の方

料 無料(申込不要)

☎ 健康課 ☎84-0662

※市ホームページに、お疲れ度チェックシートや相談窓口一覧の掲載があります。

### 講習・講座

シニアデビュー  
講座「はんだ  
陶芸教室」



心癒される陶芸を通じて新しい仲間と心豊かな時間を過ごしましょう。

時 4月11日~9月26日の第

2、4土曜日 13時~15時

場 半田市陶芸作業所

(岩滑高山町5-88-19)

対 市内在住で60歳以上の初心者の方

定 10名程度(抽選)

料 5,300円(全12回分)

申 3月16日(月)までに申込

場 フォームまたは電話で健康

課

☎84-0662

※受講決定者には書面でお知らせします。

☎84-0662

※受講決定者には書面でお知らせします。



▲申込フォーム

カーテン じゅうたん インテリア工事

カーテンひとりで 劇的チェンジ 10%OFFセール中

シルク

カーテンハウス Silk 岩滑店

半田市岩滑中町4-18コスモハイツA-1

☎ 0120-26-4633

住まいのリフォームエネルギーショップ

Tejima わが家のホームドクター

プロバングス 東邦ガスくらしショップ リフォーム 宅配ミネラルウォーター 半田市上下水道指定工事店

手島ガス住設株式会社

〒475-0922 半田市昭和町3-28 FAX: 0569-22-6786 E-MAIL: gas@tejima.co.jp

☎ 0120-0569-07 てじまがす 検索