

# 敬老式バス運行日程

問合せ先：いきいき長寿支援課 ☎32-3042

- 式展会場
  - 6月28日(水)：ホテルエクセルキクスイ
  - 6月29日(木)：まるご旅館 いち系

## 6月28日(水) 院内・小出・釜ヶ台地区

- ◆小出地区◆
  - ①石畑バス停前(12:50)→畑バス停前(12:50)→キクスイ
  - ②桂坂バス停(12:40)→寺田公園(12:50)→東畑分館(12:55)→水沢会館前(12:55)→キクスイ
  - ③樋ノ口消防小屋前(12:50)→堺・旧今野商店前(12:55)→立居地橋前(13:00)→十文字バス停前(13:00)→キクスイ
- ◆院内地区◆
  - ①伊勢居地バス停(12:50)→中野バス停(12:55)→キクスイ
  - ②小国郷の町バス停前(12:40)→院内バス停前(12:45)→キクスイ
  - ③石田分館前(12:10)→田抓バス停前(12:15)→仁賀保中学校前(12:15)→杉山分館前(12:20)→上横根バス停前(12:20)→下横根バス停前(12:25)→キクスイ
  - ④上小国・公園前(13:00)→馬場バス停前(13:05)→キクスイ

## 釜ヶ台・桂坂方面◆

- ①釜ヶ台バス停前(12:15)→下坂分館前(12:15)→冬師バス停前(12:20)→上坂分館前(12:20)→キクスイ

## 6月29日(木) 平沢地区

- ①芹田白雪橋(12:40)→三森消防小屋前(12:40)→午ノ浜仁賀保ホンダ前(12:40)→旧磯浜団地入口(12:40)→鈴・佐藤商店前(12:40)→いち系
- ②両前寺安倍商店前(12:40)→武道館前(旧TDK琴浦工場)(12:45)→琴浦分館前(12:50)→いち系
- ③田角森バス停前(12:40)→田角森・マルマル保険前(12:40)→仁賀保公園前バス停(12:45)→新町バス停前(12:50)→室沢郵便局前(12:55)→いち系

前回のお知らせで対象地区に誤りがありました。正しくは今回掲載のとおりですので、間違えないようお願いします。

**象潟地域**  
骨粗しょう症健診

期日 6月26日(月)  
受付 午前9時30分～10時  
午後1時30分～2時  
対象年齢 今年度、70歳・65歳・60歳・55歳・50歳・45歳・40歳になる女性の方  
場所 象潟保健センター

二種混合(ジフテリア・破傷風)予防接種のお知らせ  
昨年までは各小学校で実施していた二種混合予防接種は、よ

り安全性を考慮し、本年度よりにかほ市・由利本荘市管内医療機関で個別に実施することになりました。

本年度対象となっている小学校6年生の児童には、すでに予防票を郵送してあります。

市内医療機関の場合、接種期間は10月末までですので、忘れずに接種するようにしてください。

問合せ先  
健康推進課  
各保健センター

**高齢者パワーリハビリ教室**  
ボランティアスタッフを募集

市では、虚弱な高齢者を対象に「にかほ市高齢者パワーリハビリ教室」を実施しています。これは、個々の介護予防プランに基づき、マシンを使って訓練を行うものです。当事業の実施にあたり、ともに介護予防を考えた事業を補助するボランティアスタッフを募集します。

▽当教室参加者の送迎や訓練等の際に、高齢者が危険なく通

所および訓練ができるようにそばに付き添い、見守り補助をする。

▽当教室参加者との交流の際、参加者の気持ちをほぐし、教室の雰囲気づくりに努める。

募集人員  
金浦地域 10人  
象潟地域 5人  
仁賀保地域 5人

募集期限 7月31日(月)(先着順)  
申込・問合せ先  
いきいき長寿支援課  
☎32-3042

# 福祉・健康

健康推進課 ☎32-3000  
仁賀保保健センター ☎32-3007  
金浦保健センター ☎38-4200  
象潟保健センター ☎43-7501

## ひとりで悩まないで

心の健康

### 相談しよう！

◎精神保健ボランティアとの交流「サロン」の開催  
精神障がい者の方々や精神保健ボランティアと会話や手工芸を通して交流する「サロン」を毎週水曜に象潟保健センターで実施しています。希望する方は象潟保健センターにお問い合わせください。

◎自殺予防・うつ病研修会  
今後スマイルで研修会を実施します。窓口は健康推進課です。



現段階では、以上のような事業を展開しながら支援に努めています。いま以上に地域や市民の協力が必要となります。

来年度からは、県と協力して「自殺予防対策モデル事業」に取り組みます。どちらとえば、タブー視されがちな「自殺問題」に真正面から取り組みます。

多様化した現代を生きる私たちには、多かれ少なかれストレスがあり、こころに溜まったストレスは心身に大きな影響を与えます。

さまざまな要因による家庭内等の環境の変化、いじめや虐待、家庭内暴力、自殺など、こころの健康を阻害しやすい状況にあるからこそ、こころの健康づくりが大切であり、地域や社会全体の支援が必要なのです。

近年、にかほ市内においても自殺者が増加傾向にあります。

そこで市では、さまざまな方面から個々が抱える悩みに対応できるように、相談会や交流会などを開催して、住民と協働しながら取り組んでいきます。

◎こころの相談  
月1回臨床心理士が悩みごと相談(不登校・ひきこもり・家庭内暴力など)を受けます。窓口は健康推進課です。

◎うつ病等精神保健相談  
随時、仁賀保・金浦・象潟保健センターで相談を受けます。

## 仁賀保地域 胃レントゲン健診日程

実施日	場所	受付時間	対象地区
7月3日(月)	とんがり童夢パオ	5:30~7:00	寺田、畑、東畑、水沢、桂坂、伊勢居地
4日(火)	〃	5:30~7:00	中野、三田市、立居地、百目木、堺、樋ノ口
5日(水)	釜ヶ台老人憩の家「はんの木」	6:00~7:00	釜ヶ台、冬師、上坂、下坂
6日(木)	院内診療所	5:30~7:00	院内、小国、上小国、馬場、石田
7日(金)	〃	5:30~7:00	田抓、杉山、横根、市営住宅さくら・ひまわり
10日(月)	勤労青少年ホーム	5:30~7:00	琴浦、両前寺、市営住宅はまなす
11日(火)	〃	5:30~7:00	平沢(長磯、坂の下、栄町、松田、駅前、上町、清水、住吉町)
12日(水)	午ノ浜温泉	5:30~7:00	芹田、三森
13日(木)	鈴集落会館	5:30~7:00	鈴
14日(金)	スマイル	5:30~7:30	室沢、にかほハイツ、平沢、京田
18日(火)	〃	5:30~7:30	全仁賀保地域

※申し込みをしていない方は、実施対象地区を確認のうえ、受診ください。不明な点については、仁賀保保健センターにご連絡ください。