

悩みを相談してみませんか 3月は「自殺対策強化月間です」

自殺に追い込まれるという危機は、誰にでも起こり得るものです。危機に陥った場合には、誰かに支援を求めることが大切です。

また、自殺を考えている人は、悩みを抱えながらも「自殺の危険を示すサイン」を発していることが多いといわれています。身近な人の変化に気づいてあげてください。

身近な相談窓口

- #いのちSOS
電話相談 月～水・金～日曜日 午前0時～翌日午前0時(24時間)
木曜日 午前6時～0時 ☎0120-061-338
- よりそいホットライン
電話相談 24時間対応 ☎0120-279-338

- いのちの電話
電話相談 午後4時～9時
※毎月10日のみ午前8時～翌日午前8時 ☎0120-783-556

- 電話相談 午前10時～午後10時 ☎0570-783-556

- こころの健康相談統一ダイヤル
電話相談 24時間対応 ☎0570-064-556
- こころの相談(健康づくり課) ☎553-0053

こども向け相談窓口(18歳まで)

- チャイルドライン
電話相談 午後4時～9時 ☎0120-99-7777
- こどものSOSの相談窓口
電話相談 24時間対応 ☎0120-0-78310

第9回ノルディック・ウォークin上野村

日時 4月13日(土)午前8時30分～午後1時
場所 ヴィラせせらぎ下特設会場(群馬県多野郡上野村勝山684-1)

内容 約6.2キロメートルのノルディック・ウォークを楽しむ。参加者には、次の特典があります。

- ①オリジナルコースターと地元農産物のプレゼント
- ②上野村の特産品が当たる大抽選会

参加費 大人2,000円、中学生以下500円
※送迎バスを希望する場合、別途2,000円

持ち物 飲み物、カップなど両手が自由になる雨具、帽子、防寒具、健康保険証、マスク

主催 上野村ノルディックウォーク大会実行委員会

その他 上野村から行田市間に有料送迎バスを運行します(先着40人)。

※バスは当日午前6時に行田市役所を出発予定

※団体での申し込みはお断りする場合あり

- 申し込み後、参加を取り消されても参加費は返金できません。荒天などにより大会が中止の場合も返金できません。

申し込み【送迎バスを希望の場合】

3月4日(月)から受付開始

①必ず電話で申し込みください。

②郵便局の払込取扱票(青色)に氏名、住所、電話番号、年齢、ポールレンタルの有無、送迎バス希望の有無を明記し、参加費を3月31日(日)までに振り込んでください(振込手数料は申込者負担)。

※振り込み先 一般社団法人上野村産業情報センター 00100-6-513626(ゆうちょ銀行)ゆうちょ銀行以外からの振り込みの場合は〇一九支店 当座0513626

【送迎バス不要の場合】

上記②の手順から申し込んでください(電話連絡は不要)。

問い合わせ 一般社団法人上野村産業情報センター ☎0274-20-7070

忍城をブルーライトアップします

平成19年の国連総会において、毎年4月2日を「世界自閉症啓発デー」とすることが決議され、全世界の人々に自閉症を理解してもらう取り組みが行われています。

日本でも、自閉症をはじめとする発達障害を知ってもらうため、4月2日の「世界自閉症啓発デー」から8日までを「発達障害啓発週間」と位置付けています。市では、この間、忍城をシンボルカラーのブルーにライトアップし、広く啓発する活動を行います。

自閉症をはじめとする発達障害について知ること、理解をすることは、誰もが個人として等しく尊重されるとともに支え合いながら、生き生きと暮らし続けられる共生社会の実現につながります。皆様のご理解とご支援をお願いします。

- ▶ **日時** 4月2日(火)～8日(月) 日没～午後10時
- ▶ **問い合わせ** 福祉課障がい福祉グループ(内線265)



子どもの健康

赤ちゃんクラス(申し込み不要)

日時 3月15日(金)午前9時30分～11時
内容 お子さんの体重測定や育児相談
対象 4カ月未満のお子さんとその保護者

離乳食(初期)教室(要申し込み)

日時 3月12日(火)午前10時30分～11時30分(午前10時15分から受け付け)
対象 4～6カ月のお子さんとその保護者(保護者のみの参加可)

離乳食(後期)教室(要申し込み)

日時 3月13日(水)午前10時30分～11時30分(午前10時15分から受け付け)
対象 9～11カ月のお子さんとその保護者(保護者のみの参加可)

乳幼児相談(要申し込み)

日時 3月11日(月)午前9時～11時
対象 就学前のお子さんとその保護者

乳幼児健診など

事業名 4カ月児健診、離乳食(初期)教室、1歳6カ月児健診、2歳児歯科健診、3歳児健診

その他 対象者には通知します。転入されたお子さんで、前住所地で受診していない方は健康づくり課にご連絡ください。

おとなの健康

健康相談(要申し込み)

日時 3月18日(月)
※時間は申し込みの際にお知らせします。
場所 保健センター
内容 保健師、栄養士、歯科衛生士による食事、生活習慣、歯の健康についての相談

在宅医療窓口

「病気があがるが、足が不自由で通院できない」「寝たきりの家族がいて床ずれが心配」などの相談があるとき

- 行田市在宅医療・介護連携支援センター ☎553-2003
- 相談時間 午前9時～午後5時※土・日曜日、祝日、年末年始を除く

「歯科医院への通院が困難」「訪問歯科診療を行っている歯科医院が知りたい」などの相談があるとき

- 在宅歯科医療推進窓口 ☎080-1391-8020
- 相談時間 午前10時～午後3時(正午～午後1時を除く)※土・日曜日、祝日、年末年始を除く

みんなの保健室

問い合わせ 健康づくり課(保健センター内)
長野2-3-17 TEL:553-0053 FAX:555-2551

休日急患診療

休日や祝日の急な病気やけがのときは次の医療機関をご利用ください。

期日	医療機関名	電話番号
3月17日(日)	清幸会行田中央総合病院	553-2000
3月20日(水)	社幸会行田総合病院	552-1111
3月24日(日)	社幸会行田総合病院	552-1111
3月31日(日)	清幸会行田中央総合病院	553-2000
4月7日(日)	清幸会行田中央総合病院	553-2000
4月14日(日)	社幸会行田総合病院	552-1111

診療時間 午前10時～午後5時

診療科目 内科、小児科、外科

※医療機関が変更されることがありますので、事前に問い合わせてください。

#7119(365日24時間対応)

病院に連れて行こうか迷ったときや受診できる医療機関を知りたいときの全国共通ダイヤルです。また、県では、「埼玉県AI救急相談」を実施しています。
<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0703/aikyukyu.html>

親子の歯科健診・ヤング歯科健診

日時 3月14日(木)午前9時30分～10時30分(15分ごとの予約制)

場所 保健センター
内容 歯科健診、位相差顕微鏡による口腔内細菌の確認(希望者のみ)

対象 市内在住で次のいずれかに当てはまる方
①就学前のお子さんとその保護者(健診は保護者のみでも可)
②20～39歳の方
※健診は、同一年度内1回の受診となります。

入場料 無料
定員 25人(先着順)
持ち物 乳幼児は母子健康手帳
申し込み 3月12日(火)までに直接または電話で健康づくり課