



平成22年8月26日  
立野区  
パパ 拓也さん  
ママ 真理子さん  
♡パパとママから  
我が家のアイドル美玖ちゃん♡兄ちゃん達が大好きで、とってもおてんばな女の子だけど、これからも元気にすくすく成長して行ってね♡

Happy Birthday  
**はじめてのハッピーバースデー**  
掲載募集中！  
はじめての誕生日の記念に、広報がすに掲載しませんか。  
掲載を希望する人は、写真とコメントを添えて  
まちづくり課までお申し込みください(60文字まで)  
☎まちづくり課 ☎78-3239



平成22年8月7日  
平原区  
パパ 一馬さん  
ママ 亜依さん  
♡パパとママから  
人見知りせず、いつもニコニコな斗也くん。毎日エミリオ姉ちゃんと仲良く遊んでいます。これからも姉弟仲良く育てほしいです。

# 強い歯で

何でもかめる元気な子！ ●これからもむし歯ゼロで過ごしましょう！

3歳児健康診査を7月21日(土)に、すこやか館で行いました。歯科健診で、むし歯がなかった子どもたちです。



西山莉央ちゃん  
新山



島崎亮太くん  
宮ノ町



橋垣健人くん  
腹赤



笹尾美優ちゃん  
東荒神



中島樹輝くん  
清源寺



杉村矜我くん  
平原



平川詩恩くん  
向野北



杉本大典くん  
向野

## 結核検診を受けましょう！

☎すこやか館 ☎65-7515

次の日程で結核検診を行います。本年度まだ受診していない人や、医療機関などで受診する機会がない人はぜひ受けましょう。

### ■対象

65歳以上で、本年度まだ受診していない人

### ■日時・場所(都合がよい場所で受診ください)

- ・10月3日(土) 午前9時30分～11時  
地域福祉センター
- ・10月3日(土) 午後1時～2時30分  
すこやか館

### 結核ってなに？

結核とは、結核菌を吸い込むことによって起こる感染症です。結核菌は結核患者が出すせきや、くしゃみと一緒に空気中に飛び散り、周りの人の肺に吸い込まれることによって感染します。特に高齢者の発症率が高くなっています。



誕生日	出生児	性別	保護者名	行政区
6.25	中川 蓮斗 (れんと 蓮斗)	男	琢磨	清源寺
6.29	西村 咲希 (さき 咲希)	女	豊	向野北
6.30	耘野 琢冶 (たくや 琢冶)	男	防人	清源寺
7. 4	下口 瑞樹 (みずき 瑞樹)	男	茂	宮ノ町
7.12	森永 成琉 (なる 成琉)	男	健史	新山
7.19	松嶋 瑞季 (みずき 瑞季)	女	真	向野北
7.20	平岡 結羽 (ゆわ 結羽)	女	淳行	向野

(平成23年7月31日受付分まで)

## 今、ひとりで悩んでいませんか？

—あなたのSOSはみんなのSOS—

9月10日(土)～16日(金)は自殺予防週間です

現代社会では、誰もがこころの健康を損なう可能性があります。自殺を特別なことではなく、身近な問題として考えてみませんか。

まずは行動から。  
自殺予防のための4つのポイント

### ①気づき

家族や仲間の人の変化、発するサインに気づき、「眠れていますか？」など、自分のできる声かけをしていきましょう。自殺のサインとして気をつけなければならないことに、次のようなものがあります。

- ・気分が沈む
- ・自分を責める
- ・仕事の能率が落ちる
- ・決断できない
- ・不眠が続く
- ・原因不明の体の不調が長引く
- ・酒の量が増す
- ・自殺を口にする
- ・自殺未遂におよぶ

### ②傾聴(耳を傾ける)

悩みを話してくれたら、できる限り耳を傾けましょう。

### ③つなぎ

専門家への相談を勧めるなど、公的な相談機関や、本人の状況や気持ちを理解してくれる人につなぎましょう。

### ④見守り

温かく寄り添いながら、じっくりと見守る。体や心の負担が減るような配慮が必要です。

あなたがつらいとき、必ず誰かがそばにいます。本音の扉をノックして、あなたの思いを伝えてください。

### あなたの声を聞かせてください

- ・熊本のいのちの電話 (☎096-353-4343)  
年中無休24時間
- ・全国のいのちの電話 (☎0120-738-556)  
毎月10日24時間  
(午前8時～翌朝午前8時)
- ・熊本こころの電話 (☎096-285-6688)  
年中無休 午前10時～午後10時
- ・県精神保健福祉センター  
(☎096-386-1166)
- ・福祉保健介護課 (☎78-3135)



特定健診はもうお済みですか

### 国民健康保険 特定健診の個別健診は9月までに

特定健診で尿検査や血液検査を行うことで、生活習慣病である高血圧、糖尿病、慢性腎臓病などの予防へとつながります。受診されていない人は、ぜひ期間中に受診しましょう。

<町内医療機関による特定健康診査(個別健診)>

■対象者 国民健康保険に加入している40～74歳の人

■期間 9月30日(金)まで

■場所 町内医療機関

■自己負担費用 1,500円

※国民健康保険証を必ずご持参ください

☎福祉保健介護課 国保医療係 ☎78-3139

### 肝炎患者サロンに参加しませんか

肝炎患者の人や、そのご家族が互いに気軽に話せる場所を提供します。肝炎治療についての情報交換を通じて、現在抱えている不安や悩みを解消しませんか。

■日時 9月30日(土) 午後1時～3時30分

■内容 専門医による肝炎治療の講話、肝炎に関する情報交換など

■費用 無料

■場所 熊本県玉名地域振興局

☎熊本県健康危機管理課 ☎096-333-2783

有明保健所保健予防課 ☎72-2184