

氷川町の相談窓口

※電話またはメールで健康福祉課保健師へ予約をお願いします。
☎52-7154(健康センター直通)
kenhuku@town.kumamoto-hikawa.lg.jp

◆メンタルヘルス相談

内容: 臨床心理士によるカウンセリング
日時: 毎月最終月曜14:00~17:00
場所: 健康センターまたは訪問
相談員: 臨床心理士 井田博子

◆心療内科医師相談

内容: 受診したいがなかなか受診できない方のために心療内科医が相談を受けます
相談日: 希望に合わせて医師と調整します
時間: 13:30~15:00
場所: 健康センターまたは訪問
相談員: 荒木幹太 医師
(荒木医院/熊本労災病院心療内科医師)

熊本県の相談窓口

■精神的葛藤と苦悩に関する相談
熊本いのちの電話 24時間 年中無休
☎096-353-4343

こころの健康コーナー

～八代保健所で受けられる平成28年度精神保健相談のお知らせ～

こころの健康に関する相談(眠れない、意欲がないなど)や精神疾患(うつ病、アルコール依存症、統合失調症など)について精神科の専門医師による相談を行っています。

本人やご家族の方などなたでも気軽に相談することができます。秘密は厳守されます。

- ① 日時: 毎月 第2火曜・第4金曜日(午後2時~4時)
- ② 場所: 八代保健所 総合相談室 八代市西片町1660
- ③ 費用: 無料
- ④ その他: 相談は事前予約が必要です。
- ⑤ 連絡先: ☎33-3229(八代保健所保健予防課)

	第2火曜日	第4金曜日
5月	10	27
6月	14	24
7月	12	22
8月	9	26
9月	13	23
10月	11	28
11月	8	25
12月	13	国民の祝日で中止
1月	10	27
2月	14	24
3月	14	24



【お問い合わせ先】
氷川町役場
健康福祉課 保健師
☎52-7154(直通)

けんこう 便利

4月1日より、保健師と管理栄養士は健康センターへお引越しいたしました。健康センターは、乳幼児健診や各種教室などだけでなく、皆さまの健康に関してのご相談や手続きの場としてもご利用いただくことができるようになりました。お気軽に「健康センター」へお越しくださいね♪



- 健康センターでできること
- 母子手帳交付
 - 予防接種各種手続き
 - 子育て・健康に関する相談
 - 栄養相談

スタッフ紹介



第37号 氷川町認知症キャラバンメイトだより ~認知症サポーターのできること~

認知症サポーターは「なにか」特別なことをする人ではありません。認知症の人やその家族の『応援者』です。

認知症はだれでもなる可能性のある病気です。いつ自分や家族が、あるいは友人や知り合いが認知症になるかわかりません。他人事として無関心でいるのではなく、「自分の問題である」という認識を持つことが大切です。

地域でできること
認知症の人が困っている様子が見えたら「何かお手伝いすることがありますか」と一声かけてみます。たとえ、具体的な援助はできなくても理解者であることを示すことができます。認知症の介護家族には、「近所に迷惑をかけているのでは」という思いがあることがあります。「大変ですね、お互いさまですから、お気遣いなく」といった一言や、ねぎらいの言葉をかけることで、家族の気持ちはぐっと楽になるものです。より進んだ支援としては、日頃のおつきあいに応じて家族の不在時の見守りなどを担うことも考えられます。

Aさんの場合
サポーターになったAさん。サポーターとして何ができるかを考えてみたが、知り合いには、認知症の人はいないし両親は既にもいない。だが、散歩でよく会う老夫婦、いつも二人で一緒だが奥さんの不安そうな面持ちと夫の様子が気になっている。二人の家とAさんの自宅とはほんの数メートルしか離れてはいないが、つきあいはまったくくない。Aさんは、もし、奥さんが外で1人で困っているところを見たら力になろうと心に決めている。(サポーターの声)

認知症に関する相談会
日時: 毎月第1木曜日(14時30分~)
場所: 宮原福祉センター
相談員: 精神保健福祉士・介護支援専門員
※相談会以外にも、地域包括支援センターでは随時相談をお受けします。(土日祝日除く 8:30~17:00)

★認知症サポーター養成講座は認知症を正しく知るための学習会です。少人数のグループでもOK。皆さんのご都合に合わせた日時をご連絡ください。

相談・問い合わせ先
地域包括支援センター(宮原福祉センター内) ☎62-3456
健康福祉課保健予防係(健康センター) ☎52-7154

【子育て支援センター】
月・水・金は健康センターで行っています
火・木は宮原のふれあいセンターで行っています

「特定健診」 始まります!!
特定健診の受診券を5月中旬に配布しております。届いていない方で、受診をご希望される方は、お手数ですが健康センターまでご連絡ください。

お問い合わせ先
☎52-7154
保健師/管理栄養士 まで