

●たかさご ●うぶごえ —男の子♥女の子— ●おくやみ

- | | | | |
|---------------|---|--|--|
| 泉 介斗
平田 未来 | ♥林 莉紗 (証道 裕美子) 内子2
♣藤田 千誠 (浩司 雅美) 内子7
♥内海 咲良 (崇晴 歩) 内子19第2
♣久保 郁翔 (翔太 悠夏) 田中
♣河野 生弦 (史典 優) 石畳7
♥上田 芽依 (耕平 美希) 柿原 | 大村高之進 (91) 内子1
栗田 幸雄 (75) 内子8
藤川ミツコ (84) 岡第1
宮岡 久夫 (89) 富長
片岡 治夫 (64) 和田
中尾 五郎 (87) 和田
坂本富美枝 (78) 程内
徳山サダ子 (90) 立川中央
小泉キノエ (91) 下立山
片山 智子 (87) 論田2
瀧本 年男 (85) 上村 | 奇野 忠志 (71) 上村
船田 清市 (94) 八代
水本ヨリ子 (87) 大久喜
宮内 貞義 (86) 東沖
脇坂 福好 (92) 駄場
大成アサコ (90) 下重松
大野 京子 (58) 中川西
林 マツエ (85) 東組
筒井 政俊 (93) 新田第2
平 繁幸 (88) 恩地
岡田トシヲ (91) 小田下 |
|---------------|---|--|--|

- まちな人口 29年2月1日現在()内は前月比
- 人口 17,125人 (△35)
 - 男性 8,198人 (△18)
 - 女性 8,927人 (△17)
 - 世帯数 7,197戸(△13)
- まごころ銀行 皆様から寄付をいただきました。心からお礼申し上げます。 内子町社会福祉協議会
- | | | |
|----------------|-------------|--------------|
| 力石 浩子様(内子19第1) | 井上 豊様(論田3) | 高鳥 孝雄様(亀井) |
| 重岡 勝子様(内子21) | 上田とも子様(石畳7) | 丸岡 淳子様(立石) |
| 藤川千代美様(岡第一) | 船田 辰雄様(八代) | 【一般寄付】 |
| 船原 栄様(川中2) | 西岡 高志様(古田) | 訪問介護事業所うちこ園内 |
| 徳山 鶴雄様(川中2) | 大成 勝廣様(下重松) | まごころカフェ |

4 月の相談日・救急当番医

- 年金1日相談

日時：13(木)・27(木)の午前10時~午後3時30分
 場所：内子自治センター ※出張相談は予約制です。
 予約・問い合わせ：松山西年金事務所 ☎089(925)5110
- 行政相談

日時：11(火)の午前9時30分~正午
 場所：町民会館/林業センター
 問い合わせ：総務課 ☎0893(44)6150
- 心配ごと相談

日時：11(火)の午前9時30分~正午
 場所：内子分庁
 ※心配ごと相談は予約制です。前日までに電話でお申し込みください。
 問い合わせ：内子町社会福祉協議会 ☎0893(44)3820
- 人権相談

日時：11(火)の午前9時30分~正午
 場所：内子町林業センター
 問い合わせ：住民課 ☎0893(44)6152
- 小児在宅当番医

日	医院名	電話番号
2(日)	大洲ななほクリニック	0893(25)7710
9(日)	八幡浜一次救急休日・夜間診療所	0894(24)1199
16(日)	山下小児科(西予市)	0894(62)6801
23(日)	ごとう小児科(大洲市)	0893(23)0510
29(土)	八幡浜一次救急休日・夜間診療所	0894(24)1199
30(日)	ごうお小児科医院(大洲市)	0893(24)3936

※けがなどの外科治療は、救急病院をご利用ください。
- 大洲喜多休日夜間急患センター ☎0893(23)1156

診療科目	診療時間
内科	○平日・土曜日：午後8時~11時 ○日曜日・祝日：午前9時~午後6時

※当センターの診療は応急措置のみです。休日や夜間に急に具合が悪くなった、中学生以上の方が診察できます。
- 救急病院

日	病院名	電話番号
月・火	市立大洲病院	0893(24)2151
水	加戸病院	0893(44)5500
木	日中：大洲記念病院 夜間：市立八幡浜総合病院	0893(25)2022 0894(22)3211
金・土・日	大洲中央病院	0893(24)4551

大切な人のSOSに気付こう

春は入学や就職などがあり、環境が大きく変化します。新たな生活への期待とともに、緊張や不安などを感じる人も多いはず——。いつもと様子の違う人がいたら、もしかすると「うつ病」などの心の病気かもしれません。周りに次のような症状の人はいませんか。もし見かけたら、「どうしたの？」と声を掛け、じっくり話を聴いてあげてください。必要なら専門機関につなげましょう。

●周りの人うつ病チェック☑

- 以前より表情が暗く、元気がない
- 体調不良の訴え(身体の痛みや、だるさを感じる)が多くなった
- 仕事や家事がはかどらない、ミスが増えた
- 周囲との交流を避けるようになった
- 遅刻・早退・欠勤(欠席)が増えた
- 趣味やスポーツ、外出をしなくなった
- お酒を飲む量が増えた

●あなたも誰かの「ゲートキーパー」

ゲートキーパーは「命の門番」ともいわれます。悩んでいる人に気付き、声を掛けたり、話を聞いたりし、必要な支援につなげ、見守る人のことです。周りの人が変化に気付き、手を差し伸べることで、誰でもゲートキーパーになれる、大切な人の命を守ることができます。

保健センターでは随時、さまざまな心の相談を受け付けています。もし悩んでいることがあれば相談してみませんか。

【問い合わせ】
 地域医療・健康増進センター(保健センター)
 ☎0893(44)6155



4 月の健康カレンダー

- 母子保健

育児相談

日	時間	場所	対象
3(月)	午前9時30分~10時30分	小田保健センター	乳幼児
4(火)	午前9時30分~11時	内子保健センター	
6(木)	午前9時30分~10時30分	五十崎保健センター	

1歳Comeかむ教室(虫歯予防教室)

日	受付時間	場所	対象
20(木)	午前9時30分~10時	内子保健センター	28年2・3月生まれ

1歳6カ月児健康診査

日	受付時間	場所	対象
7(金)	午後1時~1時15分	内子保健センター	27年8・9月生まれ

3歳児健康診査

日	受付時間	場所	対象
5(水)	午後1時~1時15分	内子保健センター	26年2・3月生まれ

- 成人保健

ダンディ教室参加者募集

時間	場所	対象	回数
午前9時30分~午後1時	各保健センター	40歳以上の男性	年5回

29年度転倒予防運動教室参加者募集

教室名	場所	対象者	回数
い喜い喜教室	町民会館	おおむね65歳以上	月2回
はつらつビクス	六日市自治会館	65歳以上	
いきがいチェアービクス	大瀬自治センター	65歳以上	
トライ&トライ教室	小田保健センター	65歳以上	

※各教室への参加を希望される人は、3月31日までに地域医療・健康増進センターにお申し込みください。

【申込・問い合わせ】
 地域医療・健康増進センター(保健センター)
 ☎0893(44)6155