

●たかさご

●うぶごえ

♣男の子

♥女の子

—

〔	石田 誠	♥岩崎	ちなつ 千夏	(	智紘 薛瑩	)	内子 18 第1
	高橋 智美						
		♣岡	よしつぐ 芳承	(	芳樹 ひとみ	)	中町
		♣二宮	そうま 漱麻	(	竜太 奈緒子	)	昭和

●まちの人口

(元年8月1日現在／()内は前月比)

・人口	16,452人	(△6)
〔		
男性 7,909人(+2)		
女性 8,543人(△8)		
〕		
・世帯数	7,122戸	(△3)

10月の相談日・救急当番医

●年金1日相談

日時：10(木)・24(木)の午前10時～午後3時30分

場所：内子自治センター ※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：8(火)の午前9時30分～正午

場所：町民会館／内子分庁／小田自治センター

問い合わせ：総務課 ☎0893(44)6150

●心配ごと相談

日時：8(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：8(火)の午前9時30分～正午

場所：内子自治センター

問い合わせ：住民課 ☎0893(44)6152

●おくやみ

門田マキエ(94)内子13

大田原悦子(82)西沖

永田 峰子(75)内子20

城戸 富子(80)山鳥坂

中元ちずる(49)石畳8

霏岡イツエ(80)野村

西山 桃子(99)立川中央

上田カメ子(91)宮原

石田 保夫(71)中町

西口サトル(85)中田渡4

●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

岡田 満照様(内子18第1)

富永 安雄様(下宿間)

永田 勇様(内子20区)

霏岡 英里様(野村)

高岡 寿博様(程内)

梅木 利和様(寺成)

村上 増夫様(江子)

徳永 勝祐様(恩地)

西山眞佐子様(立川中央)

門田 吉生様(岐阜県)

●小児在宅当番医

日	医院名	電話番号
6(日)	守口小児科(八幡浜市)	0894(24)7770
13(日)	八幡浜一次救急休日・夜間診療所	0894(24)1199
14(月)	大洲ななほクリニック	0893(25)7710
20(日)	山下小児科(西予市)	0894(62)6801
22(火)	ごとう小児科(大洲市)	0893(23)0510
27(日)	八幡浜一次救急休日・夜間診療所	0894(24)1199

※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	○昼間：午前9時～午後6時(日曜・祝日)
	○夜間：午後8時～11時(平日、土・日曜日)

※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、中学生以上の人が受診できます。

●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	0893(25)2022
	夜間：市立八幡浜総合病院	0894(22)3211
金・土	大洲中央病院	0893(24)4551
日	日中：大洲中央病院	0893(24)4551
	夜間：市立八幡浜総合病院	0894(22)3211

9月10～16日は自殺予防週間

見逃さないで大切な人のSOS

日本の自殺者数は年間2万人を超えており、自殺者の9割以上に心の病があったといわれています。かけがえのない大切な命を守るために私たちにできることから始めませんか。

《自分自身ができること》

ストレスをため込まないように上手に発散することが大切です。一人で悩みを抱え込まずに家族や友人、同僚など身近な人に相談しましょう。

《身近な人ができること》

●変化に気付く……心の不調を示す次のようなサインに注意し、気付いたら「どうしたの」と、まずは声を掛けてみましょう。

▷突然泣き出したりイライラを爆発させるなど、感情が不安定になった

▷口数が減って元気がなくなった

▷引きこもりがちになった

▷よく眠れていないようだ

▷お酒を飲む量が増えた

▷「死んでしまいたい」などと口にするようになった

●じっくりと耳を傾ける……打ち明けてくれたことをねぎらい、じっくり話を聴きましょう。相手の気持ちに共感し、助言や結論を急いではいけません。本人の言いたいことや悩みを受け入れる姿勢を持つことが大切です。

●支援先につなぎ、温かく見守る……早めに専門家などに相談するよう促し、支援先につないだ後も温かく見守って回復を支えましょう。

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】

内子町保健センター

☎0893(44)6155



10月の健康カレンダー

●母子保健

育児相談			
日	受付時間	場所	対象
1(火)	午前9時30分～11時	五十崎保健センター	乳幼児
7(月)	午前9時30分～10時30分	小田保健センター	
9(水)	午前9時30分～11時	内子保健センター	

3歳児健康診査			
日	受付時間	場所	対象
10(木)	午後1時～1時15分	内子保健センター	28年8月・9月生まれ

1歳6カ月児健康診査			
日	受付時間	場所	対象
11(金)	午後1時～1時15分	内子保健センター	30年2月・3月生まれ

1歳Comeかむ教室(むし歯予防教室)			
日	受付時間	場所	対象
17(木)	午前9時30分～10時	内子保健センター	30年8月・9月生まれ

離乳食教室			
日	実施時間	場所	対象
15(火)	午前9時30分～正午	内子保健センター	令和元年5月生まれ

【問い合わせ】

内子町保健センター

☎0893(44)6155