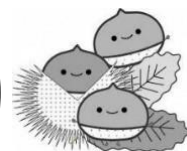




町の保健だより



健康保険課 健康長寿班
連絡先（内線 131～136）

☆「つるりん鍋」無料試食会開催！

町民文化祭・いのちのまつりにおいて、3年ぶりに「つるりん鍋」が復活します！
たくさんのご来場を心よりお待ちしております！

- 日 時：11月17日(土)
午前11時30分～
1000人鍋 ※先着順
- 場 所：鶴遊館 車庫



野菜たっぷり！減塩！
鶴田産米粉を使用した
すいとん風鍋です。
おいしいよ～！



☆11月は児童虐待防止推進月間です～あなたの1本の電話で救われる子どもがいます～ 児童虐待とは…

- ◎身体的虐待：殴る、蹴る、たたく など ◎性的虐待：子どもへの性的行為、性的行為を見せる など
- ◎ネグレクト（育児放棄）：家に閉じ込める、食事を与えない、病院に連れて行かない など
- ◎心理的虐待：言葉による脅し、無視、子どもの前で家族に対し暴力をふるう など



児童相談所全国共通ダイヤル
☎189(いちはやく)

児童虐待かもと思ったらすぐにお電話ください。
匿名で行うことも可能です。
連絡内容や連絡者に関する秘密は守られます。

☆11月10日(土)～16日(金)はアルコール関連問題啓発週間です ～あなたも家族も悩む アルコール関連の問題～

アルコールに関連する問題は、みなさんが思っているよりずっと多いことを知っていますか？
妊婦や20歳未満の飲酒、日々の多量飲酒からはじまり、アルコール依存症はもちろんのこと、健康障害、
飲酒運転、暴力・DV・虐待などにまでおよびます。これらは、わたしたちの身近にも起こりうる問題です。

☆「傾聴サロン」でほっこり、すっきりしませんか

悩みがあるとき、気持ちが沈んでいるとき、誰かに話を聞いてもらいたいときなどありませんか？
鶴田町傾聴ボランティア養成講座修了生による「つるりんの会」が、あなたのお話をじっくりと聴きます。
お話した内容の秘密は厳守します。安心しておいでください。

- 日 時：11月5日(月)、19日(月) 午後1時～3時
- 場 所：鶴遊館 栄養指導室



☆からだ すっきり! さっぱり! 健康運動教室のお知らせ

- 開催日：11月1日(木)、5日(月)、9日(金)、22日(木)、26日(月)、29日(木)
- 時 間：午前10時～11時 ○場 所：鶴遊館

*申し込みは不要です。
*運動できる服装でおいでください。お茶、お水、タオルなどをお持ちください。

