

## 若者サポートステーション出張相談会

就労・自立の一步を踏み出すサポートをします。  
**日時** 3月6日(水)、19日(火) 10時~16時  
**会場** いきいき4・6 研修室2  
**対象者** 町内在住の15歳~49歳の方(要予約)  
**詳細** 地域若者サポートステーション  
 (登別市中央町4 アーニス内)  
**☎** 0143-50-6186

## 障がいのある方の就労相談に応じています

胆振日高障がい者就労・生活支援センター「かけはし」が対応します。(要予約)  
**日時** 3月13日(水) 13時~16時  
**会場** いきいき4・6 研修室2  
**詳細** 健康福祉課 福祉支援グループ  
**☎** 82-5541

## 個別健診(特定健診)

**対象** 40~74歳の白老町国民健康保険加入者  
**実施期間** 通年実施 **費用** 無料  
**持ち物** 白老町国民健康保険証  
 国保特定健診受診券(A4薄黄色)  
**実施機関** 生田医院(☎83-4126)  
 北海道リハビリテーションセンター診療所  
 (☎84-1905)  
 町立病院(☎82-2181)  
**検査項目** 診察、身体計測、血圧測定、血液検査、  
 尿検査、心電図検査  
**申し込み** 予約制(生田医院を除く)  
 受付時間が異なりますので、各病院へ申  
 し込みしてください。  
**詳細** 健康福祉課 健康推進グループ  
**☎** 82-5541

## 個別総合健診

町立病院は、特定健診と一緒にがん検診が受け  
 られます。  
**がん検診** 胃がん検診(1,200円)  
 大腸がん検診(500円)  
 肺がん検診(無料)  
**申し込み** 予約制  
 病院に直接申し込みしてください。  
**お知らせ** 腹部エコー検査などのオプション検査も  
 追加できます。希望の方は予約時に伝  
 えてください。  
**詳細** 町立病院 ☎82-2181

## 3月は「自殺対策強化月間」

学校・職場・家庭生活で、心の不調(気分が落ち込む・何をしてもおっくう、体調が良くない、眠れない、食欲がない)を感じることはありませんか?心の病気は誰でもかかる可能性があり、うつ病などが自殺原因の最も高い割合を占めています。

セルフケアとして、日常生活の中でたっぷりと心を休ませる(心身のリラックスや気分転換を図る)時間を持つことが大切です。

また、人と話をする事で心の中の整理ができたり、気持ちが少し楽になることもあります。町は、保健師による電話相談・来所による相談を受けているほか、相談窓口の紹介も行っています。下記まで連絡してください。

**対象** 町内在住者  
**日時** 9時~16時(土・日・祝日を除く)  
**詳細** 健康福祉課 健康推進グループ  
**☎** 82-5541

## イキイキ体操教室

生活習慣病予防に運動で汗を流しませんか。  
**日時** 3月7日、14日、28日  
 13時~13時45分(いずれも木曜日)  
**会場** いきいき4・6 交流センター  
**参加費** 月2,000円  
**詳細** 講師 山下千鶴  
**☎** 090-1525-0659

## 献血のおしらせ

**日時** 3月4日(月) 15時30分~16時30分  
**会場** 北海道リハビリテーションセンター  
**詳細** 健康福祉課 健康推進グループ  
**☎** 82-5541

## 心のつどいの広場

こころの病や不安を抱えた方が安心して集える憩いの場と、家族会です。

●つくしむ白老  
**日時** 3月7日(水)、21日(水) 13時~16時  
**会場** いきいき4・6 リラックスルーム  
 ●家族会「はまなす会」  
**日時** 3月21日(水) 10時  
**会場** いきいき4・6 リラックスルーム  
**詳細** 健康福祉課 福祉支援グループ  
**☎** 82-5541

## 株式会社アビーロードが能登半島地震の被災地へ義援金

産業廃棄物処理などを担う同社(竹浦、手塚尚貴代表取締役社長)が、会社から30万円、社員一同から10万円の義援金を、日本赤十字社北海道支部白老分区(分区長・大塩英男町長)に託しました。(2月5日)

