

ライフデザインセミナー 2月12日(金)

講師に洞松寺住職小野卓也氏をお迎えし、「社会人のための基礎知識 ライフデザインセミナー」を、3年次生を対象に行いました。講演会の後、ワークショップにも取り組みました。



荒高掲示板

除雪ボランティア
ライフデザインセミナー

除雪ボランティア 1月30日(土)

3年ぶりの大雪に見舞われました今年、有志生徒35名が参加し、町内5軒の除雪ボランティアに取り組みました



令和3年度のフラワーロードパーク里親を募集します

美しいまちを皆さんの手で!



町では、美しく住みやすいまちづくりを進めるため、町民の皆さんや企業の皆さんと一緒に、フラワーロードパーク(国道287号沿い)

の里親活動(ボランティア)を実施しています。

令和2年度は、下記の8団体407人の皆さんに、除草、樹木管理、ごみ拾いなどを行っていただきました。年間を通してフラワーロードパーク内をきれいに整備していただき、ありがとうございました。

町下花街道奉仕会/路傍花の会/衣袋建設(株)外五風会/株高橋組/株菅原組/東陽ロード小山沢/株アーレスティ山形労働組合/町職員クラブ
(敬称略)

来年度もボランティア活動を行っていただける個人、団体、企業および従業員団体などを募集します。

●**主な活動** フラワーロードパーク区域内の除草、樹木の管理、ごみ拾いなど

※児童・生徒が活動の主体になる場合は、責任者が必要となります。

●**活動回数** 年間3回以上をお願いします。

●**申込方法** 参加申込書(建設水道課備付)に必要事項を記入の上、建設水道課管理係まで提出ください。

●**募集締切** 3月31日(水)

●**その他** フラワーロードパークの他にも、県管理道路・河川の維持管理および美化活動を行っていただける団体・企業等を募集しています。

【申し込み・問い合わせ】

建設水道課管理係 ☎85-6140

第2次白鷹町健康増進計画 **元気ニコニコしらたか21**

GENKINIKONIKOSHIRATAKA 21

【問い合わせ】健康福祉課健康推進係 ☎ 86-0210

こころのサイン見逃さないで ～3月は自殺対策強化月間です～

自殺の原因・動機では、健康問題が最も多く、家庭問題、経済・生活問題と続いています。また、原因は一つだけではなく、さまざまなものがからみ合っていることも多くあります。

そのため、自殺対策では、悩んでいる人に寄り添い、関わりを通して「孤立・孤独」を防ぎ、支援することが重要ですが、皆さんひとりひとり、それぞれの立場でできることがあります。



◆こころの病気は誰にでも起こりうる

「自分は大丈夫」、「あの人は大丈夫」と過信せず、おかしいなと感じたら、信頼できる人や専門機関（医療機関や保健所、町健康福祉課など）に相談しましょう。

◆もし、身近な人がいつもと違うと感じたら、身近な人から相談を受けたら…

例えば…

- ・気づき：家族や仲間の変化に気づいて、声をかけてみましょう。そして、心配していることを伝えましょう。
- ・傾聴：本人の気持ちを尊重し、耳を傾けてみましょう。その時、話が正しいかどうか判断したり批判はしないようにしましょう。
- ・つなぎ：相談先を知り、相談先につなぎましょう。
- ・見守り：温かく寄り添いながら、じっくりと見守りましょう。

◆相談された人自身の健康管理、悩み相談も大切です。

日頃からの休養や日頃のストレス対処法を見つけておくことが大切です。また自ら困った時、信頼できる人に相談できるようにしましょう。

～こころの健康・悩みなどに関する相談窓口～

- ♥『精神保健福祉センター 心の健康相談ダイヤル』☎ 023-631-7060(平日・午前9時～12時、午後1時～午後5時)
- ♥『置賜保健所 こころの健康相談』☎ 0238-22-3015(平日・午前8時30分～午後5時15分)
- ♥『こころの健康相談統一ダイヤル』☎ おこなおう まもろうよ こころ 0570-064-556(平日・午前9時～12時、午後1時～午後5時)
- ♥『よりそいホットライン』☎ 0120-279-338(24時間)
- ♥『山形いのちの電話』☎ 023-645-4343(午後1時～午後10時)

ひきこもり（不登校）の相談も行っています

「ひきこもり」とは、「さまざまな要因の結果として社会的参加（義務教育を含む就学、非常勤職を含む就労、家庭外での交遊など）を回避し、原則的には6カ月以上にわたっておおむね家庭にとどまり続けている状態（他者と交わらない形での外出を含む）を指します。

どんな些細なことでもかまいません。家族で抱え込まずご相談ください。

▶町健康福祉課健康推進係（☎ 86-0210）または地域包括支援センター係（☎ 86-0112）