

## 障がいに関する相談などはありませんか

檜山圏域障がい者総合相談支援センター「めい」が、障がいのある方及びその家族を対象として、巡回相談を行います。お気軽にご相談ください。

◆相談日 3月13日

◆時間 午前10時～正午

◆場所 上ノ国町健康づくりセンター

○事前に役場保健福祉課までお申し込みください。  
TEL 55・4460

## 檜山地域人材開発センター 各種講座のお知らせ

「ヨガ教室」

日程 3月9日・23日  
時間 午前10時～正午  
受講料 1500円  
申込締切 各実施日前の金曜日まで

「フラダンス教室」

日程 3月9日・23日  
時間 午後1時～3時  
受講料 1000円  
申込締切 各実施日前の金曜日まで

## 「社交ダンス教室」

日程 3月10日・24日  
時間 午後1時～4時  
受講料 2000円  
申込締切 各実施日前の金曜日まで

お問い合わせ・申し込み

檜山地域人材開発センター  
TEL 52・0160

## 講習会受講者の募集について

◎玉掛技能講習

日時 4月9日～11日  
午前9時  
受講料 2万7750円  
申込締切 3月19日まで

◎地山掘削及び土止め支保工  
作業主任者講習

日時 4月22日～24日  
午前9時  
受講料 2万1400円  
(二部免除8800円)  
申込締切 4月1日

※会場はいずれも檜山建設会館  
(江差町字円山299-15)

申込・お問合わせ

檜山建設協会内  
TEL 52・1813

## 3月は「自殺予防対策月間」です

### 〈自殺の現状〉

3万人、北海道では1500の方が1年間に自殺で亡くなり、この数は交通事故の6倍になります。南檜山地域でも年間約10の方が亡くなっています。

### 〈覚えておきたいこと〉

1. 自殺は様々な精神的な病気や金銭問題、仕事や家庭の問題等が関係し心理的に「自殺しか考えられない状態」に追い込まれた末の行為です。
2. 病気で悩んでいたら保健師や医療機関に相談、金銭問題や仕事家庭の問題はそれぞれ適切な機関に相談することで防ぐことができます。
3. 自殺を考えたり悩んでいる方はうつ症状があったり、お酒の量が増えたり、精神的な病気と関係しています。また、原因不明の体調不良や2週間以上の不眠の訴えなど、何らかのサインを発しています。周囲の方はこのサインに気づいたらどこか専門機関につなぐことで自殺の予防につながります。

家庭や職場、周囲の方がサインに気づき、悩みに耳を傾け・専門機関につなぐことで一人でも多く「尊い命」を自殺から守りましょう！

### 〈相談先〉

#### 心の健康相談

江差保健所  
TEL 52-1053

#### 債務関係の相談

法テラス江差法律事務所  
TEL 050-3383-5563

#### 心の病気

道立江差病院神経精神科  
TEL 52-0036

★有料広告

医療法人社団 陵仁会

【診療科目】産科・婦人科 **小児科隣接**



# えんどう桔梗 マタニティクリニック

産科・4D超音波・婦人科他(産前・産後の教室も充実しております)

院長 遠藤 力 副院長 白戸 智洋

【診療時間】	日(第2・4)	月	火	水	木	金	土
午前(9:00~12:00)	●	●	●	●	●	●	●
午後(14:30~18:00)	休診	●	●	手術日	●	●	休診
休診	日曜(第1・3・5)・祝祭日						

随時福祉ハイヤーの送迎可  
(特別料金半額にて)。  
福祉ハイヤー  
TEL.090-7654-5554

入院設備完備  
駐車場76台有り  
(交通機関) 函館バス(35-2)  
めぐみ幼稚園停留所下車



※携帯、パソコンから24時間外来事前受付、分娩希望受付可  
※初診の方でもご予約可(予約なしでの来院也可)  
ホームページ内(メールフォームからのお問い合わせは24時間可)

函館市桔梗5丁目7-15  
(桔梗駅前通り中の沢小学校前)

TEL(0138)47-3001

