完成まで数回にわけて報告します

シリーズ 今中新校舎 5時間目

今金中学校新校舎見学会


1階展示廊下


ランチスペース


屋内運動場

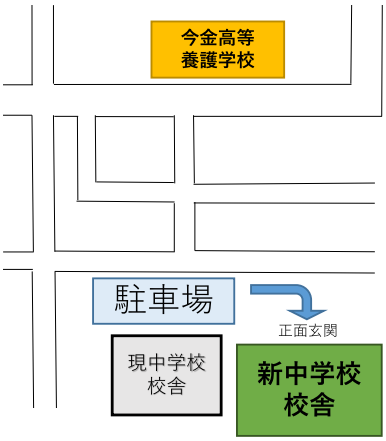

学びの階段


図書室


校舎（外）

令和5年4月から供用開始となる今金中学校新校舎の見学会を下記日程のとおり実施しますのでご来場ください。

日　　時：**令和５年３月19日（日）午前10時～午後３時**
場　　所：①入口　正面玄関からお入りください。
　　②受付　正面玄関ホール
　　（当日受付をお願いします）
見学方法：①説明員は付きませんのでご自由に見学してください。
　　②スリッパをご用意しますので気軽にお立ち寄りください。
駐 車 場：現校舎前の駐車場をご利用ください。
問 合 先：今金町教育委員会　☎82-3488



【問合せ】今金町教育委員会　☎82-3488

「火山防災について」（函館地方気象台）

火山は、温泉や美しい風景を楽しめるなどのたくさんの恵みを与えてくれますが、もし噴火した場合には、大きな被害をもたらすことがあります。

火山が噴火すると、離れたところでも火山灰などが風に運ばれて降り積もることがあります。

火山灰が降り積もれば、交通障害や農作物が枯れるなど人々の生活に影響を及ぼします。

火山に異常があった場合には、気象台から「噴火警報」や噴火によってどこに、どれだけの量の火山灰が降るかをお伝えする「降灰予報」などを発表して皆さんにお知らせします。

火山が噴火した場合や登山や観光で訪れる際には、気象庁ホームページなどで活動状況を確認しましょう。



気づきの輪をひろげませんか？

いのち支える
今金町いのちを支える自殺対策計画

知っておきたい自殺問題

日本の年間自殺者は約２万人におよび、今金町でも起きています。
その背景には、病気や障害の健康問題、多重債務等の経済問題、職場や家庭の問題等、様々な要因が複合的に絡み合っており、自殺は、心理的に追い込まれてしまった末の死と言えます。

いつもと違う様子に気づくこと

こころの不調のサインは、本人や周囲も、なかなか気づきにくいものです。
本人は、気づいても、「周りに心配をかけたくない」という思いから、自分自身で抱え込み、誰にも相談できないこともありますし、周囲も、その方の行動や症状等の変化に気づきにくいこともあります。
下記の「こころの不調のサイン　気づきのポイント」を参考に、ご確認ください。

こころの不調のサイン 気づきのポイント

以下が「気づき」のポイントです。「いつも」と違う様子が10日から２週間以上続く場合は、こころの不調のサインかもしれません。相談機関や医療機関へ相談や受診することをお勧めします。

①からだの面
- 睡眠の変化：目が覚めて眠れない
- 食欲や体重の変化：食欲がない、食べてもおいしくない
- その他の変化：疲労感が抜けない、頭痛などの身体症状がある



②こころの面
- 自殺を口にすることがある
- 憂うつ感：気分が落ち込んでいる、何事にも悲観的になる
- その他：何事にも興味が持てない、イライラして落ち着きがない、不安がある



③行動の面
- 遅刻や欠勤することが増えた
- 会話：口数が減る、「自分はダメな人間だ」等、否定的な発言が増える
- 生活：人との接触を避けるようになった、新聞やテレビを見なくなった

悩みがある方・困っている方へ

公的な相談窓口に繋がるダイヤルを紹介いたします。ご希望に応じて気軽にご利用ください。

相談先	電話番号	相談時間
こころの健康相談統一ダイヤル （北海道立精神保健福祉センター）	0570-064-556 （ナビダイヤル）	月～金曜日　９時から21時 土・日・祝日10時から16時
よりそいホットライン	0120-279-338	24時間対応
八雲保健所健康推進課健康支援係	0137-63-2168	月～金曜日８時45分～17時30分（祝日を除く）
今金町保健福祉課健康づくりグループ	0137-82-2780	月～金曜日８時30分～17時15分（祝日を除く）

電話で相談しづらい方には、ＬＩＮＥやオンラインチャットなどで相談窓口があります。
スマホ等お使いの場合は、右記ＱＲコードをご活用ください。



【問合せ】保健福祉課 健康づくりグループ　☎ 82-2780

高齢者虐待防止等に関するご相談は、