



健康づくりセンター

健康まつり
「こころと体の健康フェア」

地域のみなさんとふれあ
い、健康について楽しく学
ぶイベント「健康まつり」こ
ころと体の健康フェアを
開催します。

とき 12月8日(日)

午前9時～午後3時30分
健康づくりセンタ
ー「プラム」

主要内容

- ・食生活改善推進協議会展
示・食育ゲーム等
- ・骨密度測定
- ・血管年齢・体脂肪測定
- ・心の健康づくり講演会

○心の健康づくり講演会

ストレス社会の中で過ご
すみなさんに、悩みやスト
レスを解消するためのヒン
トをお伝えします。

とき 12月8日(日)

午後1時30分～3時30分
健康づくりセンタ
ー「プラム」

テーマ いそがず、ゆつく
りこ、生きてみませんか

講師 篠原 鋭一氏
(成田市「長寿院」住職、
NPO法人「自殺防止ネ
ットワーク風」理事長)

※篠原氏が住職を務める
「長寿院」は、こころの悩
みを24時間受け止めてく
れる寺院として、その活
動がテレビや新聞で報道
され、大きな注目を集め
ています。

定員 100人
※定員になり次第締切
参加費 無料
申込方法 電話または健康こ
ども課窓口でお申くだ
さい。

その他 一時保育も実施し
ますのでご利用ください。
問 健康こども課健康づくり班
☎(82)3400

健康こども課健康づくり班
☎(82)3400

子どものこんなサインを見落としていませんか？

- ①不自然な傷や打撲のあと
- ②着衣や髪の毛がいつも汚れている
- ③表情が乏しい
- ④おどおどしている
- ⑤落ち着きがなく、乱暴になる
- ⑥親を避けようとする
- ⑦夜遅くまで一人で遊んでいる



いちはやく
189 ちいさな命に待ったなし

11月は「児童虐待防止推進月間」です



子どもを虐待から守るための5か条

- ①「おかしい」と感じたら迷わず連絡(通告)
- ②「しつけのつもり…」は言い訳
- ③ひとりで抱え込まない
- ④親の立場より子どもの立場
- ⑤虐待はあなたの周りでも起こりうる

ご存知ですか？ オレンジリボン

「オレンジリボン運動」とは、子ども虐待防止のシンボルマークとしてオレンジリボンを広めることで、子ども虐待をなくすことを呼びかける市民運動です。「NPO法人児童虐待防止全国ネットワーク」が総合窓口を担い、全国的に活動を広げています。



緊急の場合は
110番通報を!

虐待を受けたと思われる子どもを見つけたとき、ご自身が出産や子育てに悩んだときは、右記の相談先へ連絡してください。子どもを虐待から守るための大きな一歩となります。

児童虐待相談先	電話番号
児童相談所全国共通ダイヤル	☎189(イチハヤク) ※24時間対応(最寄りの児童相談所につながります)
千葉県子ども・家庭110番	☎043-252-1152 ※24時間対応(千葉県中央児童相談所につながります)
東上総児童相談所	☎0475-27-1733
千葉県警察少年センター(ヤング・テレホン)	☎0120-783-497(ナヤミヨクナル)
役場健康こども課こども班	☎82-3400