

9月10日(水)～16日(火)は自殺予防週間です。  
私たちにできる4つのポイントをお伝えします。

- 気づき** 心の悩みを抱えている人が発する周りへのサインになるべく早く気づき、耳を傾けてください。
- 傾聴** 悩みを話してくれたら、本人の気持ちを尊重し、できる限り傾聴してください。
- つながり** 本人の気持ちを理解してくれる人に協力を求め、早めに専門の相談機関につなげてください。
- 見守り** 温かく寄り添いながら見守り、体や心の負担が減るようにできるだけ協力してください。

専門の相談機関  
 ○熊本のいのちの電話…… ☎096-353-4343  
 ○熊本こころの電話…… ☎096-285-6688  
 ○県精神保健福祉センター ☎096-386-1166

市ホームページにも、さまざまな悩みに関する相談窓口をまとめて掲載しています。こちらからご確認ください。▶



- ～こころのサイン～
- ①気分が沈む
  - ②自分を責める
  - ③何にも興味がわかない
  - ④仕事の能率低下
  - ⑤決断ができない
  - ⑥不眠が続く
  - ⑦原因不明の身体不調
  - ⑧酒の量が増す
  - ⑨自殺を口にする
  - ⑩自殺未遂に及ぶ


健康フェアを開催します!

「一生元気な身体づくり」をテーマに、健康づくりに役立つゆめタウンシティモールの商品の展示・紹介や、骨密度測定や血圧測定などを行います。お買い物の際にも、気軽にお立ち寄りください。  
 時 9月26日(金)10時～13時 料 無料  
 場 ゆめタウンシティモール1階 センターコート

来場者に介護予防ポイント1ptプレゼント♪

※介護予防ポイントの取得には、スマートフォンが必要です。介護予防ポイントについて、詳しくは市ホームページをご覧ください。▶

問 保険介護課 地域包括支援センター ☎63-1177



令和8年度 有明医療センター 職員募集

看護師 10人程度

資 看護師の資格を持つ40歳未満の人  
 (令和7年度国家試験で資格取得見込みの人を含む)  
 ※日本国籍を有する者で、地方公務員法第16条各号(欠格条項)に該当しない人  
 ※年齢の基準日:令和8年4月1日

- 申込先 〒864-0041 熊本県荒尾市荒尾2600番地 荒尾市立有明医療センター 総務課総務係
- 申込方法 市販の履歴書(写真を添付)に必要事項を記入して、上の申込先に郵送
- ※封筒の表に「有明医療センター職員採用試験」と朱書き、履歴書(写真を添付)と下の必要書類を必ず簡易書留郵便で送付
- 必要書類
  - 卒業見込みの人は、卒業見込証明書と成績証明書
  - 資格取得者は、資格免許証の写し1通、あれば職務経歴書を同封
- 受付期間 9月1日(月)～9月30日(火)必着
- 試験日程 令和7年10月18日(土)
- ※WEB試験へ変更となる場合があります。
- 試験内容
  - 一次試験…筆記試験 ○二次試験…面接試験
  - ※面接日は筆記試験合格者へお知らせします。
- 採用日 令和8年4月1日(水)
- 新卒者以外は、令和7年度中に順次採用可能

問 有明医療センター 総務課 総務係 ☎63-1115

いきいき健康づくり教育講座受講者募集

医療・福祉に関する情報や健康づくりに役立つ情報を専門職の方が分かりやすく教えてくれます。5回以上受講した人には修了証を交付します。  
 時 10月7日～11月25日の毎週火曜 13時30分～14時30分  
 ※第1回と第8回は13時30分～14時40分  
 場 医師会館 会議室(宮内1092-18)  
 対 市内に住む人 定 1講座:先着70人 料 無料  
 持 なし(第1回は飲み物持参)



講座の様子

※希望講座だけの受講もできます。  
 ※発熱などで体調不良の人は参加をお控えください。  
 ※災害などにより講座を中止する場合があります。  
 申 各講座の1週間前までに、すこやか未来課に電話か来所して申し込み(事前予約制)  
 問 すこやか未来課 ワクチン接種対策室 ☎64-5670

	開催日	講習内容	講師(敬称略)
第1回(開講式)	10月7日(火)	心が元気である為に	ふるた きりこ 古田 桐子(城ヶ崎病院 作業療法士) えびた まさひろ 江畑 匡英(玉名病院 作業療法士)
第2回	10月14日(火)	①漢方薬って、どんな薬? ②今日から始める心臓ケア! ～健康寿命を延ばす生活習慣と薬のヒント～	やまだ けいいち 山田 敬一(四ツ山はるかぜ薬局 薬剤師) とびせ まさあき 飛瀬 正旭(有明医療センター 薬剤師)
第3回	10月21日(火)	胃カメラ・大腸カメラの疑問に答えます! ～安心して受けるために～	うしじま ともゆき 牛島 知之 (牛島内科・消化器内科クリニック 院長)
第4回	10月28日(火)	すい臓がんについて	きのした こういち 木下 浩一(有明医療センター 外科部長)
第5回	11月 4日(火)	自分らしく生きるための人生会議 ～もしバナゲームで価値観を見つめ直そう～	みやの ゆみ 宮野 由美 (有明医療センター 緩和ケア認定看護師)
第6回	11月11日(火)	心病む由に体病む 体病む由に心病む	かめはら りょうえん 亀原 了円(本井手みのり保育園 理事長)
第7回	11月18日(火)	知ってほしい! 当科を悩ませる口腔外科の2大疾患 ～口腔癌と薬剤関連顎骨壊死～	たかはし のぞむ 高橋 望 (有明医療センター 歯科口腔外科部長)
第8回(閉講式)	11月25日(火)	①エコー検査について ②検査結果の見方	しまむら ちなみ ①島村 千奈美(有明医療センター 臨床検査技師) にしだ しほ ②西田 志保(有明医療センター 臨床検査技師)

荒尾市後期高齢者健康相談事業を実施します

市内に住む後期高齢者医療制度加入者で、健康診断の結果や、健康診断の受診状況などから対象になった人へ、訪問による健康相談のお知らせを9月上旬より順次お送りします。委託先の保健師などが、ご家庭での過ごし方などについてお話を伺い、健診結果の説明や、健康づくりについての情報提供などをいたします。費用の負担はありません。個人情報の取扱いは、万全の注意を払います。対象者は安心してご利用ください。

※対象者には案内の文書を送付後、委託先の保健師などが訪問いたします。※1回目の訪問から2～3カ月後に、その後のご様子をお伺いするため再度訪問いたします。  
 ■委託先 株式会社 くまもと健康支援研究所  
 ■本社 熊本市東区御領6丁目8番20号  
 問 ○保健事業問い合わせセンター ☎0120-114-101(通話無料)  
 ○すこやか未来課 保健センター ☎63-1133