

～こころの健康だより～

8月から月に1回、相談員をくまもとスローワーク・スクールの入江臨床心理士にお願いし、こころの健康相談を開催しています。

広報なごみでも連動して、今月から、こころの健康などについて特集を掲載していきます。

こころの相談でお待ちしております。

できることなら、毎日笑って、楽しく元気に過ごしたい。でも、人生楽ありゃ苦もあるさ。なかなかそうはいかないのが現実です。

日々の仕事をこなすのに疲れ果てている。家族や誰かの面倒ばかりで自分の時間が思うようにとれない。他人には言いにくい困りごとを抱えている。心身の調子が今一つ整わない。誰かと話をしたいけれど安心して話せる相手が見つからない。将来への不安が大きすぎて今の生活を楽しめない。…などなど。「悩みなんて何にもない!」という人はごく稀で、多くの人は、皆それぞれに心配事や悩み事を抱えながら、毎日を送っていることでしょう。



ところが、抱えている悩み事が二つ、三つと重なったり、すぐには解決の道筋が見つかりそうにないときには、どんなに元気で明るい人でも、からだやこころに大きな負担がかかっています。ヒトは、ソトガワ(環境)からの影響を受けやすい、繊細なイキモノなのです。

こうした時には、少しでもあなたの気持ちが楽になる時間、からだもこころもゆっくり休まる時間をもってみませんか? ちょっと立ち止まって、今あなたが背負っている“荷物”を見なおし、ちょっと整理するだけで、気持ちが前向きになれることだってあるのです。

あなた自身のことはもちろん、家族、友人、お知り合いの方についてのご相談でもOKです。きちんと、まとめて、話していただく必要は全くありません。その場で思いつくまま、あなたのペースで、お話しください。しっかりと、大切に、聴かせていただきます。そして、あなたと一緒に、これからどうしたらいいのかを考えるお手伝いができたらと思っています。どうぞお気軽にお越しください。お待ちしております。

9月の「こころの相談」

と き 9月24日(木)午後1時～5時

と ころ 和水町保健センター(三加和公民館横) ※10月は中央公民館で行います。

費 用 無料

(相談は、予約制です。ご利用の際は、匿名で結構です。下記までご連絡ください。)

問い合わせ先 本庁 健康福祉課 障がい福祉係 ☎0968・86・5724

平成27年度臨時福祉給付金を支給します

平成26年4月から消費税率が8%に引き上げられたことを受けて、所得の低い人への影響を緩和するため、臨時的な取り扱いとして平成26年度に引き続き「臨時福祉給付金」を支給します。

●臨時福祉給付金の支給対象となる人

次の(1)～(3)にあてはまる人が臨時福祉給付金の支給対象となります。

- (1)平成27年1月1日時点で和水町に住居登録されている人
- (2)平成27年度分の町民税(均等割)が課税されていない人。ただし、町民税(均等割)が課税されている人に扶養されている人を除きます。
- (3)生活保護などを受給していない人。

●支給額

支給対象者1人につき 6,000円

※平成27年度は、基礎年金や児童扶養手当の受給者等に対する加算措置はありません。

●申請方法など

受付期間 9月1日(火)～12月28日(月)(土・日・祝日を除く)

受付時間 午前8時30分～午後5時15分

受付場所 本庁健康福祉課・総合支所住民課の窓口

持ってくるもの 申請書・通帳・印鑑・身分証明書(対象者全員分)

※対象者には、申請書などを郵送しています。

●特別窓口を設置します

とき	ところ	
9月28日(月)	午前9時～ 午後4時	竈門公民館(西校区)
9月29日(火)		用木公民館(南校区)
9月30日(水)		本村公民館(東校区)
10月1日(木)		旧神尾小学校体育館(神尾校区)
10月2日(金)		春富集会センター(春富校区)

※お住まいの校区に関係なく、都合のいい場所へお越しください。

問い合わせ先

本庁 健康福祉課 福祉係 ☎0968・86・5724

総合支所 住民課 健康福祉係 ☎0968・34・3111(内線764)

認知症家族介護者のつどい

～これでいいのかな?こういうときは、どうしたらいいんだろう?～

認知症の人を介護されているご家族で、心がちょっと疲れたかな?と思ったあなた。この“つどい”に参加してみませんか。

“つどい”は、参加した人たちが日頃の介護についての疑問など、何でもお話しただけの場です。同じ介護を経験している人たちとお話することで、介護のヒントが見つかるかもしれません。お気軽にご参加ください。

と き 9月30日(水)午後1時30分～3時30分

と ころ 和水町福祉センター(和水町平野1276-3)

参加対象 町内で認知症の人を介護しているご家族および経験者

参加費 無料

問い合わせ先 本庁 健康福祉課 地域包括支援係 ☎0968・86・5724