

## 家族教室のご案内

### ○家族教室とは

精神障害者家族の会「さんのへ家族会」主催の勉強会です。会員だけでなく、どなたでも参加できます。参加を希望する人は、下記のとおり各回の申込期日までに、事務局までお電話でお申し込みください。

#### 1回目 共生社会づくりに向けて ※青森県企画政策部による出前トーク

- ◆内 容 障害の有無に関わりなく安心して暮らせる社会、障害者が気軽に社会参加できる社会づくりの促進について
- ◆日 時 令和4年9月30日(金) 午後1時30分から午後2時15分まで
- ◆場 所 三戸町役場・保健センター集団指導室
- ◆申込期日 令和4年8月19日(金)

#### 2回目 ゲートキーパー養成講座 ※講師：三戸町役場健康推進課 保健師

- ◆内 容 身近な人の自殺の危険性に気づき、声かけ、適切な支援につなげ、見守るゲートキーパーについて
- ◆日 時 令和4年12月9日(金) 午後1時30分から午後2時45分まで
- ◆場 所 三戸町役場・保健センター集団指導室
- ◆申込期日 令和4年11月30日(水)

#### 3回目 生活保護ってなに？ ※青森県企画政策部による出前トーク

- ◆内 容 生活保護とはどのようなものか、生活保護の種類など、生活保護制度について
- ◆日 時 令和5年3月3日(金) 午後1時30分から午後2時15分まで
- ◆場 所 三戸町役場・保健センター集団指導室
- ◆申込期日 令和5年1月31日(火)

お問合せ・お申込先：さんのへ家族会事務局（三戸町健康推進課内） ☎ 20-1152

よかったね♪



# 虫歯ゼロ

### ～乳歯からの虫歯予防を！～

3歳頃になると、乳歯がほぼ生えそろう大人と同じような食事ができるようになる分、歯垢などの汚れが歯に残りやすくなります。特に口腔内の汚れが多いのは起床時です。起床時、寝る前のケアを大切にしましょう。



遠藤 柊生くん



遠藤 琉唯ちゃん



沖田 貴広くん



東平 茉紘ちゃん

