

こころの健康づくりだより

【こころの健康のために】テーマ：世界メンタルヘルスデーについて

10月10日は、「世界メンタルヘルスデー」です。

世界精神保健連盟が、1992年より、メンタルヘルス問題に関する世間の意識を高め、偏見をなくし、正しい知識を普及することを目的として、10月10日を「世界メンタルヘルスデー」と決めました。その後、世界保健機関（WHO）も協賛し、正式な国際デー（国際記念日）とされています。

あなたのこころがいつもと違うと感じたとき、まずは、ご自身でその不調に気づいてほしい。そして、相談や受診などの行動に移してほしい。

周囲でこころの不調を感じていそうな人がいるとき、まずは、その不調に気づいてほしい。そして、その人に声をかけてみてほしい。

（厚生労働省 世界メンタルヘルスデー2026特設サイトより引用）



世界メンタルヘルスデー 2026
～つながる、どこでも、だれにでも～

厚生労働省2026特設サイト

https://www.mhlw.go.jp/kokoro/mental_health_day/index.html

●こころの健康に関する、令和8年度 県民公開講座のお知らせです。

スマホと子どもの心の健康とウェルビーイングについて考えてみませんか。

テーマ：「デジタル時代の子どもたちをどう守る？
ー海外の動きから考える心とウェルビーイング」

日時：11月29日（日）13時30分～15時30分
（12時45分開場）

講師：スマホ依存防止学会 代表 磯村 毅 氏

場所：三重県総合文化センター
男女共同参画棟3階 セミナー室C

定員：100名

申込期間：9月24日（木）～11月27日（金）

申込方法：Logoフォームから

<https://logoform.jp/form/8vMX/1647073>



Logoフォームはこちら



健康料理教室

参加者募集

メタボ予防料理教室

日時：11月13日（金）10時～13時

場所：保健福祉センター 栄養指導室

定員：先着16名程度

（定員になり次第申し込みを締め切ります）

費用：材料費 400円

持ち物：エプロン・三角巾・手拭きタオル・筆記用具・参加費

申込期間：10月8日（木）～11月6日（金）

9時～16時30分

申込先：保険福祉課 TEL 377-5659

毎日の食事を見直して
健康的な身体作りを
始めましょう♪

こんな方におすすめ！

- お腹周りが気になる方
- メタボ予防に関心がある方
- 食生活を見直したい方
- 健康的な食事を学びたい方



有料広告掲載欄



上顎前突



正中離開



下顎前突



交叉咬合

矯正相談 受付中

こんな人はぜひ一度ご相談ください

※自由診療です

- 大人の矯正 約19万8,000円～50万円程度 開咬 嚙生
- 子供の矯正 約5万円程度からご提案（床矯正 片顎10万円程度）

診療日	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00～13:30	○	○	×	○	×	○	×
午後 15:00～18:00	○	○	×	○	4:30～18:00	○	×

<休診日>
水曜・日曜
祝日

歯科衛生士（正社員・パート）募集！

週休2.5日/お休み充実！★40代、50代の方も活躍中
★プランクがあっても大丈夫！！
月給…29万～35万円以上 ★プライベートもゆとりをもって働けます。

★パート・アルバイト 同時募集中！

時給 1,800円～2,000円

まずはお気軽にお問い合わせください
☎0594-27-5454

昼食
付き



院長 原田 聡

お気軽に、
お電話ください

星はらだ歯科クリニック

桑名市新西方7-22イオンタウン桑名新西方内 ●休診 水曜・日曜・祝日

☎0594-27-5454

