



健康増進で連携協定

7月29日、役場町民ホールにおいて株式会社バイタルネットと健康増進に関する連携協定締結式が行われました。

「みたね健康21計画」に基づく「全ての町民が健やかで心豊かに生活できる持続可能なまちの実現」の達成に向けて、互いに連携・協働し、町民の健康意識を高め、疾病の予防や健康寿命の延伸など、より一層町民の健康増進に向けた取り組みを推進してまいります。

9月10日～16日は「自殺予防週間」

自分のストレス状態をチェックすることは、気づきや対処の手がかりとして大切です。

こころの体温計でこころの健康状態をチェックしてみましょう。



QRコードからこころの健康状態がチェックできます。



- **町相談窓口**
町保健センター心の相談専用ダイヤル ☎ 83-5556
- **ひきこもりの相談**
秋田県ひきこもり相談支援センター ☎ 018-831-2525
- **寂しい・悲しい・つらいときの相談**
秋田いのちの電話 ☎ 018-865-4343
- **死にたい気持ちのある方、自死遺族の方の相談**
あきたいのちのケアセンター ☎ 0120-735-256
- **どのような悩みでもご相談ください (24時間通話無料)**
よりそいホットライン ☎ 0120-279-338

クアオルトコーナー

ウォーキング情報

クアオルトの日ウォーキング

- **とき** 9月9日 9時～
- **コース (集合場所)**
長信田里山コース
(保健センター前)

秋田犬とウォーキング

- **とき** 9月28日 9時～
- **コース (集合場所)**
琴丘クアの古道コース
(ことおか中央公園入口駐車場)

日曜ウォーキング

- **とき** 9月7日 9時～
- **コース (集合場所)**
琴丘クアの古道コース
(ことおか中央公園入口駐車場)
- **とき** 9月21日 9時～
- **コース (集合場所)**
森岳温泉石倉山コース
(石倉山公園管理棟)

クアオルト運動教室

温泉エクササイズ教室 (10時～)

9月25日
水着、アクアシューズを持参

楽しく貯筋体操教室 (10時～)

9月30日
タオル、運動靴、飲み物を持参

共通事項

申込期限：9月22日
会場：ゆめろん
入館料：500円
定員：10人

住宅省エネ2025キャンペーン
窓リフォームで補助金もらえます！

店舗地図はこちら



お気軽に

ホームショップハタケイ

へご相談ください

広告 三種町鹿渡字町後234 TEL:0185-87-3134

あきた省エネ家電購入応援キャンペーン実施中

エアコン

省エネ性能★2以上のエアコンをご購入・設置頂くと

最大 25,000円相当プレゼント

詳しくはホームショップハタケイへお問い合わせください