

「精神保健福祉普及運動」期間のお知らせ

心の健康について考えたことはありますか？10月21日（月）から10月27日（日）までの1週間は「精神保健福祉普及運動」期間です。この運動は、精神障がい者の福祉増進と国民の精神保健の向上を図ることを目的として、毎年全国的に取り組まれています。

こころの病気は誰にでも起こる可能性があります。こころの不調やストレス症状が長く続いたり、日常生活に支障が出ている場合は、早めに、専門機関に相談することをお勧めします。こころの病気は自分では気づきにくい場合もあります。また、自分で不調に気づいてはいても、こころの病気だと思っていない場合もあります。職場や家庭でその人らしくない行動が続いたり、生活面での支障が出ている場合は、早めに専門機関に相談するよう勧めてください。



自分で気づきやすい変化	周囲の人が気づきやすい変化
気分が沈む、憂うつ 何をするのにも元気が出ない イライラする、怒りっぽい 理由もないのに、不安な気持ちになる 気持ちが落ち着かない 胸がどきどきする、息苦しい 何度も確かめないと気がすまない 周りに誰もいないのに、人の声が聞こえる 誰かが自分の悪口を言っている 何も食べたくない、食事がおいしくない なかなか寝つけない、熟睡できない 夜中に何度も目が覚める など	服装が乱れてきた 急にやせた、太った 感情の変化が激しくなった 表情が暗くなった 一人になりたがる 不満、トラブルが増えた 独り言が増えた 他人の視線を気にするようになった 遅刻や休みが増えた ぼんやりしていることが多い ミスや物忘れが多い 体に不自然な傷がある など

厚生労働省 みんなのメンタルヘルスより一部改変

【相談窓口】

隠岐保健所島前庁舎 TEL：08514-7-8121 隠岐島前病院 TEL：08514-7-8211
 西ノ島町健康福祉課 TEL：08514-6-0104 浦郷診療所 TEL：08514-6-1211

労働保険の 加入手続きは お済みですか！

一人でも労働者を雇用していれば、労働保険に加入する必要があります。

※労働保険とは労災保険と雇用保険を総称したもので、政府が管掌する強制保険制度です。

労災保険・・・労働者の方が業務中や通勤途上に事故にあった場合に、必要な保険給付を行い、被災された方や遺族の方の生活を保護し、あわせて社会復帰を促進する事業を行うための保険制度です。

雇用保険・・・労働者の方が失業した場合に、失業手当を給付したり再就職を促進する事業を行うための保険制度です。また、事業主の方へは、失業の予防、雇用機会の増大、雇用の安定等に係る各種助成金制度が設けられています。

★ 労働保険に関する事務手続等は、労働保険事務組合や社会保険労務士に委託することもできます。

★ どなたでも、事業主が労働保険の加入に必要な手続を行っているか否かをインターネット上で確認できます。詳しくは厚生労働省ホームページをご覧ください。

厚生労働省トップページ「分野別の政策 → 雇用・労働 → 労働基準」

> 「施策情報 → 労働保険の適用・徴収」

> 「労働保険に関する総合情報はこちら」 > 「適用事業場検索」



お問い合わせ先：島根労働局 労働保険徴収室 0852-20-7010

サイパン交流40周年記念事業 無料ご招待

国際青少年研修協会では、サイパン交流40周年記念事業の一環として、無料で招待の募集をしています。海外生活を通して交流を体験し、国際感覚を養うことを目的としています。

参加される方は、お一人の方や初めて海外へ行かれる方が7割以上です。仲間作りからサポートしますので、安心してご参加いただけます。

■研修国

サイパン

■日程

12月27日（金）～1月2日（木）

■応募方法

電話またはホームページより資料請求の上、ハガキにて応募ください。定員を超える場合は、厳正な抽選を行い、ご招待状の発送をもって発表にかえさせていただきます。

■応募締切

10月18日（金）※当日消印有効

【資料請求・お問い合わせ先】

公益財団法人国際青少年研修協会

03-6417-0701

<http://www.ksk.or.jp>

「就職フェアしまね（秋期）」 開催のお知らせ

採用担当者による会社概要や採用計画の説明を行います。

■開催場所

松江テルサテルサホール（松江市）

■開催日時・内容

10月23日（水）

12時～14時20分（前半25社）

企業紹介マイクリレー（約15社）、

企業ブース訪問

14時50分～17時10分（後半25社）

企業紹介マイクリレー（約15社）、

企業ブース訪問

※途中、企業の入替えを行います。

■対象者

①2020年3月に大学（院含む）・

短期大学・高等専門学校・専修学校・

職業能力開発大学校・高等学校に

おいて卒業年次の方

②大学等卒業後3年以内の方

■参加企業

約50社。9月初旬から「ジョブ

カフェしまね」のサイトに掲載。

([https://www.gogo-jobcafe-](https://www.gogo-jobcafe-shimane.jp/event/detail/1983/)

[shimane.jp/event/detail/1983/](https://www.gogo-jobcafe-shimane.jp/event/detail/1983/))

【お問い合わせ先】

ジョブカフェしまね

0120-67-4510

保育士就職支援セミナー 参加者募集中！

島根県福祉人材センターでは、保育士の資格をお持ちで、現在は保育士として勤めていない方を対象に、保育現場への復職に役立つ知識や技術を学び直すことができるセミナーを開催します。保育士の楽しさを感じ出していただける内容となっておりますので、ぜひご参加ください！

■開催場所

いきいきプラザ島根（松江市）

■開催日時

10月30日（水）、31日（木）

両日とも10時～15時45分

■申込締切

10月25日（金）

※2日間の受講が基本ですが、1日のみの参加も可能です。

※託児を希望する場合、託児室（無料）

もしくは一時預かり保育の費用を

全額助成します（要事前申込み）。

【お申し込み・お問い合わせ先】

島根県社会福祉協議会

（島根県福祉人材センター）

0852-32-5957

※お問い合わせは平日の8時30分～17時まで

西郷税務署からのお知らせ

西郷税務署では、面接による個別税務相談は事前予約をお願いしております。相続税・贈与税・譲渡所得は松江税務署の資産税職員の派遣を受けて対応しますので、相談時間は限られます。ご了承ください。

予約の際には、①お名前、②ご住所、③ご相談内容等を伺います。

■面接相談日

10月17日（木） 9時～16時

10月18日（金） 9時～16時

11月21日（木） 9時～16時

11月22日（金） 9時～16時

■場所

西郷税務署

【お問い合わせ先】

西郷税務署

0851-212-0350

