



みどり環境税「木育事業」(子育て支援センターみらい)

# 3月

やよい 弥生

## 2025 March

4月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

日	月	火	水	木	金	土
23	24	25	26	27	28	1 先負 ●地域安全の日
2 仏滅	3 大安 ●定期健康相談・母子手帳交付	4 赤口	5 先勝 啓蟄	6 友引	7 先負	8 仏滅

9 大安	10 赤口	11 先勝 ●産後ママのストレッチ講座	12 友引	13 先負 ●歯科健診・フッ素塗布 【令和2年9月~11月生、令和3年3月・6月~8月生】	14 仏滅 ●卒業式(舟形中)	15 大安 ●地域安全の日 ●学年末休業開始(舟形中)
16 赤口	17 先勝 ●定期健康相談・母子手帳交付	18 友引 ●卒業式(舟形小)	19 先負 ●学年末休業開始(舟形小)	20 仏滅 春分 春分の日	21 大安	22 赤口
23 先勝	24 友引	25 先負	26 仏滅 ●育児プレスタート講座	27 大安 ●卒園式(ほほえみ保育園)	28 赤口	29 先負
30 仏滅	31 大安	ふれあい総合相談所 【弁護士相談】(清流荘)				

### あなたのところは大丈夫ですか...3月は自殺対策強化月間です

#### 一人で大丈夫で我慢しないで

悩みや不安を一人で抱え込むと、どんどん追い詰められてしまう時があります。こころが折れそうな時は、一人で我慢をせずに誰かに相談してみましょう。

#### 早い段階で相談する事が大切です

##### 相談するメリット① 心が軽くなる

話すだけで心が軽くなります。共感してもらって心が落ち着くと、気持ちも変わってきます。

##### 相談するメリット② 自分を客観視できる

感情的になっている、混乱しているなど自分の状況に気づくことができます。

##### 相談するメリット③ 解決法に気づける

相談することで自分の状況を整理できると、問題解決の糸口を見つけやすくなります。



#### 相談先一覧

- 心の健康相談等ダイヤル  
☎0570(064)556
- 心の健康相談ダイヤル(山形県精神保健福祉センター)  
☎023(631)7060
- 自殺予防いのちの電話  
☎0570(783)556
- 山形いのちの電話  
☎023(645)4343
- 24時間子どもSOSダイヤル  
☎0120(0)78310(なやみいおう)



#### 令和6年分所得税確定申告

2月17日(月)~3月17日(月)

#### 若あゆ温泉休館日

3月12日(水)

#### 若あゆ温泉お客様感謝デー

3月5日(水)・19日(水)

