

新 シティプロモーション 特設サイトを新しく立ち上げます！
令和9年1月オープン（予定）

わが街ポータルおぎ（仮称）

行政からの
公式情報

地元の
皆さんからの
情報



※サイトイメージ

こんなサイトを構築します！

住民・事業者の皆さんからの
イベント情報・おすすめ情報・
求人情報が投稿できます！

★ イベント 情報

〇〇体験
イベント開催中！

🏷️ おすすめ 情報

お店の情報や
セール情報の紹介

🔍 求人 情報

チームメンバーの
募集にも！

❖ このような情報が掲載されます！ ❖

イベント情報

おすすめ情報

求人情報

地元の話

観光情報※

特産品情報※

※上記はあくまでも掲載事例となります。各カテゴリーの名称や（※）箇所のコンテンツは、テーマが変更となる可能性があります。

あなたのアイデアがサイトの名前に！

- ▶ 市では、“みんなで小城市を発信する特設サイト”の開設を予定しています。
- ▶ このサイトは、市からのお知らせだけでなく、市内のイベントやおすすめ情報などを、市民や事業者の皆さんと一緒に発信していく特設サイトです。

「わが街ポータル おぎ（仮称）」では、

サイトの名称を募集予定です。

募集の詳細は、近日中に公開しますので、

ぜひ、ご期待ください。

最新情報は市ホームページからご確認ください。

最新情報は
こちら！



9月10日～16日は「自殺予防週間」です

最近よく
眠れない

気持ちが
落ち込む

こころの ストレスは ありませんか

何をするにも
おっくう

食事が
おいしくない



こころのストレスをチェックしましょう

ストレスとうまく付き合っていくには、まずストレスの状態を知ることが大切です。
自分の心に目を向けてみましょう。

5分でできる職場のストレス
セルフチェック (厚生労働省)



こころのストレスを感じたら

- 毎日の生活リズムを崩さないように心掛けましょう。
- 新しい情報に触れるのは1日2回に抑えましょう。
- 心配事や不安なことを書き出してみましょう。
気持ちが少し楽になることがあります。
- 友人や親族などの会話で気持ちを伝えてみましょう。
電話などを利用するのも良いでしょう。

こころの相談窓口のご案内

全国共通の相談窓口



よりそいホットライン
☎0120・279・338

24時間 (通話料無料)



※電話、FAX、チャットやSNSによる相談にも対応しています。



子供のSOSの相談窓口
☎0120・0・78310

24時間 (通話料無料)



DV相談+ (プラス)
☎0120・279・889

電話・メール: 24時間
チャット: 12時～22時



厚生労働省 SNS相談

※受付時間や相談日などは、実施団体によって異なります。



厚生労働省 支援情報検索サイト

※悩み別、方法別、地域別に相談窓口を検索できます。



佐賀県の相談窓口



佐賀いのちの電話

☎34・4343 毎日24時間



佐賀県自殺予防夜間電話相談

☎0120・400・337 毎日20時～翌朝6時



佐賀中部保健福祉事務所

☎30・1691 平日 9時～16時45分



佐賀県精神保健福祉センター

☎73・5060 平日 9時～16時45分

小城市の相談窓口



小城市役所 健康福祉課 (西館1階)

☎37・6106 平日 8時30分～17時15分

その他の相談窓口については、
「こころと暮らしの相談窓口」をご覧ください。

