

●防火標語（平成27年度全国統一防火標語）

『無防備な 心に火災が かくれんぼ』

●実施期間 3月1日(火)～7日(月)

●重点目標

- ①住宅防火対策の推進
- ②放火火災・連続放火火災防止対策の推進
- ③特定防火対象物等における防火安全対策の徹底
- ④製品火災の発生防止に向けた取組の推進
- ⑤林野火災予防対策の推進

●住宅用火災警報器を設置しましたか？

設置が必要となるのは寝室です。また、寝室が2階などにある場合は階段にも取り付けなければなりません。

住宅用火災警報器はホームセンターや家電取扱店、防災設備の取扱店等で購入できます。詳しくは消防本部又はお近くの消防署へお問い合わせください。

住宅防火 いのちを守る 7つのポイント

—3つの習慣・4つの対策—

▶3つの習慣

- 寝たばこは、絶対やめる。
- ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

▶4つの対策

- 逃げ遅れを防ぐために、**住宅用火災警報器**を設置する。
- 寝具、衣類及びカーテンからの火災を防ぐために、**防災品**を使用する。
- 火災を小さいうちに消すために、**住宅用消火器等**を設置する。
- お年寄りや体の不自由な人を守るために、**隣近所の協力体制**をつくる。



ECガイド

燃えるごみの約40%を紙類が占め、その中には新聞紙などリサイクルできる資源が多く含まれています。1人ひとりが分別することで、ごみが大きな資源に生まれ変わります。自分たちの手で未来を守りましょう。

★環境推進課 ☎241172、環境産業課 ☎241334

ルールを守って正しいごみ出しを！

収集日や時間などのルールを守らないで出されたごみにより収集所が汚され、周辺地域の人や自治会等の管理する人の迷惑となっています。

可燃ごみや不燃ごみは認定袋に入れて出してください。粗大ごみは収集所には出せません。ごみは、「家庭ごみの分け方・出し方」パンフレットで分別や収集日を確認し、自分の自治会内の決められた収集所に出しましょう。

※「家庭ごみの分け方・出し方」パンフレットは、環境推進課（市役所4階）、環境産業課（アスピアこだま内）等で配布しています。また、市ホームページにも掲載していますのでご覧ください。

老人福祉センターつきみ荘の休館日 ☎243696

7日(月)・14日(月)・22日(火)・28日(月)・4月4日(月)

余熱利用施設湯かっこの休館日 ☎248126

7日(月)・14日(月)・22日(火)・28日(月)・4月4日(月)

ボートレース戸田（埼玉県都市競艇組合主催）開催日程

12日(土)～15日(火)、22日(水)～27日(日)、4月1日(金)～4日(月)

※本庄市は埼玉県都市競艇組合に加入しており、組合からの配分金をさまざまな事業に活用しています。

集団資源回収予定表 <回収品目は古紙類・缶類です>

回収場所	日程	時間	問合せ先
アスピアこだま	3月6日(日) 4月3日(日)	午前9時～11時	ハートto ハート (佐久間さんち) ☎249300
市役所	3月20日(祝)	午前9時～11時、午後1時～3時	☎249300
本庄南公民館	3月12日(土)	午前9時～11時	佐久間さんち ☎249300
就労継続支援B型事業所「佐久間さんち」(本庄高校北側)	3月16日(水)	随時受付	ポノポノ ☎242195

※天候等の理由で変更になる場合もありますので、各団体にご確認ください。

—市税のコンビニ納付をご利用ください—

全国の主なコンビニで市税の納付をすることができます。詳しくは、収納課へお問い合わせください。

—市税夜間収納窓口のお知らせ—

日時 3月7日(月)、4月7日(月) 午後5時15分～7時
場所 ・市役所1階 収納課 ☎241120

・アスピアこだま 市民福祉課税務係 ☎241333

※市役所へお越しの際は庁舎東側の夜間休日受付通用口を、アスピアこだまへお越しの際は正面玄関をご利用ください。

みんなのけんこうガイド

★本庄市保健センター ☎242003

※お問い合わせは、午前8時30分からです。

交通事故死の約6倍

全国の自殺者数は、平成26年に25,427人(内閣府自殺の統計より)と交通事故死の約6倍と高い水準で推移しています。本庄市においても、毎年十数名の人が自殺により亡くなっています。

周囲の気づきが大切

自殺を考えている人は、心の中では「生きたい」という気持ちとの間で激しく揺れ動いており、不眠や体調不良など自殺の危険サインを発しています。身近な人は、自殺のサインに気づいていることも多く、周囲の気づきを自殺予防につなげることが重要です。自殺で亡くなる人を減らすためには、まず一人ひとりが自殺に関する正しい知識を持ち、自殺を身近な問題としてとらえることが大切です。

気をつける必要のあるサイン

- 1 うつ病の症状に気を付ける(気分が沈む、自分を責める、仕事の能率が落ちる、決断できない、不眠が続く)
- 2 原因不明の体調不調が長引く
- 3 酒量が増す
- 4 仕事の負担が急に増える、大きな失敗をする、職を失う
- 5 職場や家庭でサポートが得られない
- 6 本人にとって価値あるもの(職、地位、家族、財産)を失う
- 7 重症の身体の病気にかかる
- 8 自殺を口にする
- 9 自殺未遂におよぶ

自身や大切な人のメンタルヘルスチェック

厚生労働省推進の働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」では、「相談」「知る・調べる」「学ぶ・実践する」の項目をそれぞれの立場から利用できます。
(http://kokoro.mhlw.go.jp/)

自殺予防

大切な命を守るために

悩まずにまずはご相談を

市では心や体の悩み等のご相談を健康推進課(本庄市保健センター)で随時受けております。また、次の専門機関でも相談を受けています。

○埼玉いのちの電話 ☎048-645-4343

24時間365日

○子どもライン(18歳まで) ☎048-640-6400

金・土曜日 午後3時～9時30分

○埼玉県メンタルヘルスセンター(埼玉県立精神保健福祉センター) ☎048-723-1447

平日 午前9時～午後5時 (休日・年末年始を除く)

来所相談 相談を希望する場合は、電話予約が必要です。

☎048-723-6811

平日 午前9時～午後5時 (休日・年末年始を除く)

大切な命をまもるための3つのポイント

【気づく】

周りの人の悩みに気づき、耳を傾ける

- 家族や仲間の変化に敏感になり、心の悩みを抱えている人が発する周りへのサインになるべく早く気づきましょう。
- 「手を差し伸べ、話を聞くこと」は絶望感を減らすための重要なステップです。時間をかけて、できる限り傾聴しましょう。
- 話題をそらしたり、訴えや気持ちを否定したり、表面的な励ましをしたりすることは逆効果です。相手の気持ちを尊重し、共感しましょう。

【つなぐ】

早めに専門家に相談するよう促す

- 心の病気の兆候があれば、本人の置かれている状況や気持ちを理解してくれる家族、友人、上司といったキーパーソンの協力を求めましょう。
- 治療の第一歩は、相談機関、医療機関の専門家への相談から始まります。キーパーソンと連携して、専門家への相談につなげましょう。

【見守る】

温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

- 身体や心の健康状態について自然な雰囲気ですべてをかけて、あせらずに優しく寄り添いながら見守りましょう。
- 自然に対応するとともに、家庭や職場は身体や心の負担が減るように配慮しましょう。

