

百歳 おめでとうおめでとうございます

吉野 睦さん（大磯）が1月に満百歳のお誕生日を迎えられました。
これからも、健康に留意され、元気に過ごされますようお祈りします。



問 福祉課 ☎ 内線 316

三井住友銀行での窓口収納の取扱いが終了します

令和4年3月31日をもって、三井住友銀行の窓口では、納付書による町税等公金の納付ができなくなります。

お持ちの納入通知書の裏面等に指定の納付場所として記載されていても、令和4年4月1日以降に三井住友銀行で町税等の公金を納付される場合は、別途手数料をご負担いただくこととなりますのでご注意ください。

なお、口座振替による町税等の引落しは今後も継続されます。
問 会計課 ☎ 内線 277

3月・4月は臨時窓口を開設します


業務によっては対応できない場合もありますので、詳しくはお問合せください。

日付	開庁時間	取扱業務
3月26日(土) 4月2日(土)	8:30~正午 13:00~17:00	○住民異動届(転入、転出、転居等)、印鑑登録、戸籍届出、転入によるマイナンバーカードの手続き ○住民票の写し・印鑑登録証明書・戸籍証明書・戸籍の附票の写し・諸証明の交付 問 戸籍係 ☎ 内線272 ○健康保険業務(被保険者証の発行、申請受付) ○ 国民年金各種届出の受付 問 保険年金係 ☎ 内線274 注意) 内容によっては書類の受理のみとなります。電子証明書の発行、更新、初期化はできません。相談業務は対応できません。

※マイナンバーカードをお持ちの方へ

全国のコンビニエンスストア等で6:30から23:00まで、住民票の写し・印鑑登録証明書を取得できますので、ご利用ください。(数字4桁の暗証番号が必要です。)

マイナンバーカードを交付します。(事前予約制)

日付	開庁時間	取扱業務
3月13日(日)	9:00~正午	○マイナンバーカードの受取り 電話、インターネットによる予約が必要です。持ち物は交付案内をご確認ください。 ※ 予約受付不切 3月13日(日) 交付... 3月11日(金) まで 3月26日(土) 交付... 3月25日(金) まで
3月26日(土)	9:00~正午 13:00~16:00	 ▲インターネット予約は、こちらから 問 戸籍係 ☎ 内線272

こんにちは 保健師です

3月は「自殺対策強化月間」です。例年、自殺者数の最も多い時期です。一人で悩みを抱え込み、誰にも相談できずに自ら命を絶つ悲劇があとを断ちませぬ。かけがえのない命を守るため、できることがあります。

気づく

身近な人に「何かいつもと違うなあ」、「何かおかしいなあ」と感じる人はいませんか。小さなことに思える変化が、「こころのSOS」の可能性があります。

声を掛ける

間違っていたとしても、コミュニケーションだと考えて、まずは勇気を出して声を掛けてみましょう。

「元気がない気がしたけど、何かあった?」、「疲れてない?大丈夫?」心配している気持ちや伝わって、相手が話すきっかけになります。

傾聴

相手が打ち明けてくれたら、「話してくれてありがとう」、「大変だったね」、「よくやってきたね」と悩みを真剣に受け止めてください。焦らず、じっくり話を聴いてみましょう。

禁物

「もっと頑張って」、「あなたなら大丈夫」などの安易な激励、

「あなたに原因があるのでは?」、「辛いのはみんな一緒」などの批判や否定、「命は粗末にしてはいけない」、「病気は気の持ちよう」などの一般論の押しつけは、禁物です。

つなぐ

悩みを話せたからといって、必ずしも前向きになれるとは限りません。自殺を考える深刻な状況では、専門家につなぐことが必要です。

医療機関やカウンセラーに抵抗がある場合もあるので、相手につながりたい様子が見られたら、相談先との具体的な相談日程などを設定し可能なら同行して、つながるまで寄り添ってもらうとありがたいです。

自殺に向かおうとする人が発する「こころのSOS」にいち早く気づき、適切な方向へ導く「命の門番」であるゲートキーパーが求められています。気になったら声をかけてみましょう。
▼こころの健康相談統一ダイヤル(厚労省・神奈川県)
☎ 0570(064)556
月曜~金曜(祝・休日、年末年始除く)

9時~22時30分(受付22時まで)
問 スポーツ健康課 ☎ 内線310