

9月10日～16日は自殺予防週間です！

問 スポーツ健康課 ☎内線310

9月10日は世界自殺予防デー、9月10日から16日は「自殺予防週間」です。

令和7年の国内自殺者数は、1978年の統計開始以来、初めて2万人を下回りましたが、10代では538人もの方々が自ら命を絶ち過去最多を更新し、深刻な状況が続いています。今一度、いのちの大切さを振り返り、自分自身や身近な人の「こころの声」に耳を傾け、生涯健康で心豊かに暮らせる町の実現をめざしましょう。

◆こころのゲートキーパーになろう

1. 気付き

次に挙げることは、悩みや問題を抱える人が発するサインです。気付いたら、声掛けをしてみましょう。

- ・極端に食欲がなくなり、体重が減った
- ・眠れない、睡眠不足
- ・イライラしたり、突然泣き出したり感情が不安定
- ・身なりに構わなくなる
- ・外部との付き合いが減り、引きこもりがち
- ・身体の不調を訴える

2. 傾聴

悩みを相談されたら、本人の気持ちに寄り添いながら耳を傾けましょう。訴えや気持ちを否定したり、表面的な励ましは逆効果です。共感した上で相手を大切に思う気持ちを伝えましょう。

3. つなぎ

相談を受けた側も一人では抱え込まず、本人の状況や気持ちを理解してくれる信頼できる人へ協力を求めましょう。また、必要であれば公的な相談機関や医療機関などの専門家への相談を勧めましょう。

4. 見守り

身体や心の健康状態について自然な雰囲気ですぐ声を掛け、温かく寄り添いながら見守りましょう。

◆相談窓口

▶こころの電話相談

☎0120 (821) 606

毎日、24時間。※年度初めの4月1日0時から9時までは休止。

▶いのちのほっとライン@かながわ (LINE相談)

水曜日を除く17時～24時まで (受付は23時30分まで) ※祝日 (振替休日を含む)、年末年始を除く。

▶いのちの電話

☎0120 (783) 556

毎日16時～21時。毎月10日は8時～翌朝8時までの24時間。

▶#いのちSOS

☎0120 (061) 338 毎日、24時間。



9月20日～26日は動物愛護週間です

問 環境課 ☎(72) 4438

動物愛護週間は、動物の愛護と適正な飼養について、皆さんの理解と関心を深めていただくための期間です。

◆守ろう！飼い主の七か条◆

1. 病気の知識と予防

動物の病気等について正しい知識を持ち、その予防に努めよう

2. 終生飼養

動物がその命を終えるまで、飼い続けよう

3. 迷惑防止

鳴き声や臭い、排せつ物など日ごろから周囲の方への配慮を心掛けよう

4. 繁殖制限

飼っている動物が増えすぎて管理ができなくなることがないように不妊・去勢手術をしよう

5. 災害対策

備蓄品の準備、避難訓練、日常生活におけるしつけ等をしており、災害時には同行避難しよう

6. 逸走防止

動物が逃げ出したり迷子にならないように、必要な対策をとろう

7. 身元表示

飼い主が分かるよう、首輪やマイクロチップをつけよう

動物慰霊碑へのお参り

問 美化センター ☎(72) 4438

大磯町では、亡くなったペットは動物霊園に委託して火葬を行っています。動物霊園でのお参りはできませんが、動物愛護週間の期間中は、美化センター敷地内にある動物慰霊碑へのお参りが自由にできますので、いつでもお参りください。

▶とき 9月20日(日)～26日(土)

▶ところ 美化センター内動物慰霊碑(虫窪66番地)

