安全・安心なまちづくり 🐠

区民の皆さんが安全で安心して暮らせるまちづくりのた めのさまざまな取り組みを紹介します。

【担当課】 地域防災課 ☎5654 - 8224

●市民消火隊 活動中!

市民消火隊は、災害時に初期消 火や救助活動を地域で行う自治町 会内の組織です。初期消火活動を 行うためのポンプ操法訓練や救命 講習などを行い、技術・知識を習



得するなど、区と協働した地域の防災リーダーとして活動して います。

市民消火隊操法大会を開催します

日頃のポンプ操法訓練の成果を披露します。 【日時】 9月23日(日・祝)午前9時~正午(荒天中止) ※中止の場合は、当日午前8時からはなしょうぶコール

【会場】 水元公園第二駐車場(水元公園4-4)

(☎6758 - 2222)で確認できます。

市民消火隊の活動に興味のある方は、 地域防災課(☎5654 - 8224)へご連絡ください。

4 月は東京都の自殺対策強化月間です

気付いてください!

体と心の限界サイン

【担当課】 保健予防課 ☎3602 - 1274

国内では年間2万人以上、区内では毎年およそ100人の方が自 殺により亡くなられています。自殺の背景には、健康や経済的 な問題など、いくつもの悩みが重なり、精神的に追い込まれた 状況が挙げられます。

一人で悩みを抱えず、周りの人や相談機関に相談しましょう。 また、自殺を考えている人は何らかのサインを発していること が多いため、周囲の人がそのサインに気付いて自殺を防ぐこと が大切です。

こころと体の健康については お近くの相談窓口へ

保健センター

こころと体の健康に関するあらゆる相談に応じます。 月~金曜日/午前8時30分~午後5時(祝日を除く)

青戸保健センター(青戸4-15-14健康プラザかつしか内)

☎3602 - 1284

金町保健センター(金町4-18-19)

新小岩保健センター(西新小岩 4 - 21 - 12) **☎3696 - 3781** ☎3607 - 4141

水元保健センター(東水元1 - 7 - 3)

☎3627 - 1911

自殺防止!東京キャンペーン

相談窓口

自殺予防いのちの電話(日本いのちの電話連盟)

☎0120 - 783 - 556

9月10日(月)午前8時~11日(火)午前8時

自死遺族傾聴電話(グリーフケア・サポートプラザ) **☎**3796 - 5453

9月11日(火)~14日(金)午前10時~午後10時

東京都自殺相談ダイヤル~こころといのちのほっとライン~ ☎0570 - 08 - 7478

9月17日(月・祝)~21日金は24時間対応。その他の期間は午後 2時~翌午前5時30分

自死遺族相談ダイヤル(全国自死遺族総合支援センター) **☎**3261 - 4350

9月22日(土)~24日(月・振休)午前11時~午後7時

● ● ○ こころの体温計でストレスチェック ● ● ●

パソコンや携帯電話で、いつでも気軽にストレス度や落ち込 み度をチェックできます。

区ホームページ(トップ→くらしのガイド→健康 ・医療・衛生→こころの健康)からご利用ください。 右のQRコードからもアクセスできます。



いっまても自宅への出張理美容サービス をご利用ください

理容師・美容師がご自宅を訪問し、カットなどを行います。ご利用の際は、家族 などの立ち会いをお願いします。病院に入院している方、介護施設などに入所し ている方はご利用できません。申込方法など、詳しくはお問い合わせください。 【対象】

高齢の方 次の全てに該当する方

- ▶区内在住65歳以上で外出が困難な方
- ▶要介護3以上の介護認定を受けている方

障害のある方 次の全てに該当する方

- ▶区内在住65歳未満で外出が困難な方
- ▶身体障害者手帳1・2級または愛の手帳1・2度をお持ちの方

【利用回数】 1年間で6回以内(8・9月に申し込みの方は8月~翌年3月の 間で4回以内)

申し込み月により利用回数が異なります。

【費用】 1回500円

【利用方法】 申し込み後、決定通知書および出張券、利用店名簿を送付します。 利用希望日の1週間ほど前までに、希望の理美容店に直接連絡して、出張日を 予約してください。理容師・美容師が自宅を訪問したときに、出張券1枚と利 用料金を渡してください。

【申し込み・担当課】

高齢の方 高齢者支援課(区役所 2 階201番) **☎**5654 - 8259

障害のある方 障害福祉課(区役所 2 階201番) ☎5654 - 8301

9月20~26日は

【担当課】 生活衛生課 ☎3602 - 1242

動物は正しく終生飼養

飼い主は、動物の習性や行動をよく理解し、愛情をもって終生飼養する責任 があります。日頃から健康管理に気を配り、犬には狂犬病の予防注射を必ず受 けさせましょう。また、繁殖を望まない場合は、不妊・去勢手術をしましょう。

身元の表示

迷子になり飼い主の元に戻ることができない動物は少なくありません。迷子 になった動物の発見を容易にするためにも、犬には鑑札を着け、猫やその他の 動物には名札などを着けましょう。

犬の散歩はルールを守って

散歩中の排せつに備え、ふんを回収する道具や尿を洗い流す水を携帯しまし ょう。外でふんをしたときは家まで持ち帰ることが飼い主の責任です。

リードは犬をコントロールできる長さにし、他の犬とけんかしたり、人にか みついたりする事故を防ぎましょう。

猫の飼育は屋内で

猫を屋外で飼育すると、交通事故に遭ったり感染症にかかったりする危険が あります。また、近隣の敷地で排せつをしたり花壇を荒らしたりするなどのト ラブルに発展することがあるため、屋内で飼育しましょう。

◇ 飼い主のいない猫について

道路や公園に餌をばらまいて放置するなど、無責任な餌やりは近隣の迷惑に つながるのでやめましょう。区では、飼い主のいない猫を増やさないために、 不妊・去勢手術費用の一部を補助(オス2千円、メス4千円)しています。

災害に備えて

地震など災害が発生し、ペットと避難所へ避難する場合に備えて、日頃から 次のことを心掛けましょう。

- ▶ペット用の食糧や水、衛生用品を5日分以上備蓄する。
- ▶避難用のケージを用意し、ケージの中での飼育に慣れさせる。
- ▶避難所で周りの迷惑にならないよう、「吠えない」「かまない」「待て」などのし つけをする。
- ▶災害により飼育できなくなることを想定して、一時的な預け先を決めておく。

どどうどぶどつ「愛い護」フェエスエティイバンル

屋内行事。●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●

【日時】 9月15日出午後1時~5時30分

【会場】 台東区生涯学習センター(台東区西浅草 3 - 25 - 16)

【内容】 基調講演「人と動物の共生する社会の実現に向けて」他

【定員】 300人

【申込方法】

動物愛護週間中央行事実行委員会ホームページの申込フォームで(先着順)。 【問い合わせ】 動物愛護週間中央行事屋内行事受付窓口 ☎5362 - 0117

【日時】 9月22日出午前11時~午後4時 直接会場へ。

【会場】 上野恩賜公園(不忍池蓮池周辺他)

【内容】 動物愛護セレモニー・スタンプラリー・パネル展示・トークショー

【問い合わせ】 東京都福祉保健局環境保健衛生課 ☎5320 - 4412