

9月10日～16日は自殺予防週間です

全国で毎年2万人を越える尊い命が自殺によって失われています。一人ひとりが身近な人の様子を気にか
け、心のサインに気づくことが、命を守ることに繋がります。

あなたにもできる「生きる」ための支援

- 1. 気づき** 悩みやストレスからくる心の疲れは、身体面、精神面、行動面の変化になって現れます。身近
な人の「何かおかしいな」「いつもと違うな」という変化に気づくことが大切です。
よく眠れない 食欲がない 体調不良が続く 集中力がなくなる
表情が暗くぼんやりしている 意欲や興味が減退する 死をほのめかす・投げやりな態度が目立つ
周囲との交流を避ける 飲酒量が増える 遅刻や欠勤が増える
- 2. 声かけ** 身近な人の心のサインに気づいたら、「どうしたの？何かつらそうだけど」「眠れてる？」など、
自分にできる声かけをしてみましょう。
- 3. 傾聴** 悩みを話してくれたら、話をそらしたり、否定したり、安易に励ましたりせず、できる限り
じっくり話を聞きましょう。
- 4. つなぐ** 心の病気や、社会的・経済的問題を抱えているようであれば、専門家への相談につなげましょう。
- 5. 相談**

相談内容	問合せ先
健康、福祉、高齢者に関すること	健康福祉課 ☎66・3111 健康担当 内線134、 福祉担当 内線124、地域包括支援センター 内線133

6. その他の日常生活に関する相談

相談内容	問合せ先
法律相談：刑事・離婚・遺言・相続・借地・境界・自己破産等	総務課自治振興担当 ☎66・3111 内線215
行政相談：国、県、町の仕事についての要望、苦情、意見等	
登記相談：不動産登記・商業・法人登記・成年後見・多重債務等	
人権相談：相続・借地借家・戸籍等日常生活で困っていること	
行政書士相談：官公庁の申請届出、暮らしや事業の身近な手続き	
心配ごと相談：頼れるよろず悩みごと相談所	長瀬町社会福祉協議会 ☎66・1139
結婚相談所：定例相談日あり（相談は予約制）	

問合せ 健康福祉課健康担当 ☎66・3111 内線134・135

10月から「幼児教育・保育無償化」がスタートします!!

急速に進行する少子化対策、並びに幼児期の教育及び保育の重要性の観点から、3歳から5歳までの幼稚園、
保育所、認定こども園などに通うお子さん達を対象に利用料の無償化を実施します。

- 3歳から5歳までの幼稚園、保育所、認定こども園を利用しているすべてのお子さんの利用料を無償化します。
- 未移行幼稚園（※）については、月額25,700円を上限に無償化します。
（※）未移行幼稚園とは「子ども子育て支援法」に移行していない幼稚園を言います。
- 就学前の発達支援を利用するお子さんの利用料を無償化します。
- 0歳から2歳までのお子さんは、住民税非課税世帯を対象に無償化します。
- 給食費については、引き続き保護者の皆様の負担となります。

給食費は主食費（お米代、これまで直接園に支払ってきたもの）、副食費（おやつ代、牛乳代等、これまで
保育料に含まれていたもの）をまとめて園にお支払いいただけます。

ただし、保育所、認定こども園に通う年収360万円未満相当世帯のお子さん、及び第3子以降（※）の
おさんは、副食費を免除します。申請の必要はありません。

（※）幼稚園、認定こども園（教育利用）は小学3年生、保育所、認定こども園（保育利用）は就学前児童か
ら数えて第3子以降の子ども

- ▶申請手続き 既に在園教育・保育の支給認定（1号、2号、3号）を受けている場合は申請の必要はありません。
それ以外のお子さんの保護者は、担当にお問合せください。

問合せ 健康福祉課福祉担当 ☎66・3111 内線124