



# 健康・福祉・介護のひろば

問合せ 健康福祉課 ☎66・3111 健康担当124・128 福祉担当134・135 介護保険担当133 地域包括支援センター132

## 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て、心のサインに気づくことが、いのちを守ることにつながります。町では、令和2年3月に「自殺対策計画」を策定し、心の健康づくりやいのちを守る地域づくりを推進していきます。

＝あなたにもできる「生きる」ための支援＝

- 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
- 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。
- 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。
- 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。
- 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124、福祉担当 内線134、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 ☎66・3111 自治振興担当 内線212、215  ○新型コロナウイルス感染症の影響により、中止となる場合があります。毎月の広報ながとろ（お知らせ及びくらしのメモ）をご参照のうえご利用ください。
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	
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	
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 ※新型コロナウイルス感染症防止のため現在、人権相談所は開設していません。人権相談については、さいたま地方法務局秩父支局（☎22・0827）へお電話ください。	
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：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124

## 献血実施人数のご報告

新型コロナウイルス感染症の影響で、献血数の深刻な減少が続いているなか、7月に町内で実施した献血に際してはたくさんのご協力をいただきありがとうございました。ご協力いただいた献血人数については、右記のとおりです。次回、町内で実施する際も広報に掲載をさせていただきますので、たくさんのご協力をお願い致します。

【7月実施 献血数】

献血場所	受付人数	献血人数
長瀬町役場	31人	29人
株式会社 秩父イワサキ	13人	10人

**問合せ** 健康福祉課健康担当 ☎66・3111 内線124

## 更生相談

身体障害者の更生援護にあたり専門的な知識・技術についての相談及び指導を実施しています。補装具の処方及び適合判定、施設入所の判定、その他医療相談を無料で受けることができます。

受けたい方は予約が必要ですので、早めに健康福祉課福祉担当へご連絡ください。

・手足・体の障害の相談

9月14日(月) 熊谷児童相談所

**問合せ** 健康福祉課福祉担当  
☎66・3111  
内線135

## 簡単な手話を覚えましょう【第6回】

「いただきます」の手話表現



掌を上に向けた左手から、伸ばした右手人差し指と中指を口へ運びます。この表現には「食べる」「ご飯」という意味もあります。



次に、胸の前で両手掌を合わせ拝むしぐさをします。



動画はこちらから

協力：ちちぶ広域聴覚障害者協会

**問合せ** 健康福祉課福祉担当 ☎66・3111 内線135