

大切な人の命を守るために

3月は自殺対策強化月間です

ある日突然、大切な人が命を絶ってしまったら…。自殺で失われる命の多くは「救うことのできる命」と言われています。

大切な人の命を守るために、私たちは、どのようなことができるのか自殺対策強化月間を機会に考えてみませんか。

現状は…

令和元年、全国で20,169人が自ら命を絶しました。同じ年、交通事故で亡くなった人は3,215人で、自殺で亡くなった人は約6.3倍にもなります。

自殺者は、国全体の取組みにより、少しずつ成果が現れてきたこともあり、平成24年には、3万人を下回り、その後減少していました。しかし、令和2年度については今般の新型コロナウイルス感染症の影響などにもより、7月以降は前年同月よりも多くなり、特に10月の自殺者数は660人多く、2,199人となっています。

また、若年層は他の世代と比較し自殺者の減少率が小さく、10～39歳の死因の第1位は、自殺となっています。

自殺の背景には、病気や障がいなどの健康問題、失業や倒産、多重債務、長時間労働などの社会的・経済的問題、また、職場や学校での人間関係、さらには、子育てや介護といった家庭問題等様々な要因があります。しかも、これらは、一つではなく、いくつかの要因が複雑に絡み合っただけでなく、心理的に「追い込まれた末の死」と言えます。

自殺を「自ら選んだ死」ととらえ個人の問題であるという考え方もありますが、自殺は、決して「個人の自由な意思や選択の結果」ではありません。社会全体として「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指して取り組むべき問題です。

わたしたちにできること

自殺を考える人の心理的特徴として、思い悩む日々が続く心の負担が大きくなり、気持ちに余裕がなくなって「心の視野」が狭くなってしまふことが挙げられます。その結果、考え方が極端になってしまい、自殺することが唯一の解決策だと思ひ込んでしまふ事。

しかし本当は、「死にたい」と考えている人も「生きたい」という本心との間で激しく揺れ動いており、自殺に至る前に何らかの「サイン」を発していることが多いのです。

「普段と何か違う気がする」と感じる小さな変化がサインです。食事量が減った、ため息が目立つ、口数

が少ないなど、いつもとは違う様子があった時は、「どうしたの?」「よく眠れている?」等、勇気を出して、声をかけましょう。「死にたい」気持ちを聴くことは、話を聴く側にとっても辛いことですが、相手の心に寄り添いながら丁寧に話を聴くことで、生きる意欲につながり、自殺に対する衝動が和らぐこともあります。

しかし、じっくり話を聴き、一緒に悩んでも、自分だけでは解決できないと思った時には、専門の相談窓口を紹介するなど、必要な支援につなげ、その後もあたたかく見守りましょう。

誰でも「命の門番に」

悩んでいる人に気付き、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人を「ゲートキーパー（命の門番）」といいます。ゲートキーパーとして大切なことは、「気づく」「傾聴」「つなぎ」「見守り」の4つです。そのため、専門家以外にも、民生委員やボランティアなど地域の人、そして家族や友人、誰もがゲートキーパーとして支援者になることができます。大切な人の命を守るために自ら行動する人が、ゲートキーパーなのです。

ゲートキーパー養成講座
 日時 3月22日(月) 14時～15時30分
 場所 役場本庁舎 4階会議室
 照会先 さくら館 ☎85-0800

一人で悩まないで

もし今、「死にたい」と考えている人がいたら、自分一人で悩みを抱えず、家族や友人、身近な人を頼っててください。話しづらいつと感じたら、県などの相談窓口も利用できます。

あなたの話を聴き、寄り添ってくれる人は、必ず身近にいます。

相談先 神奈川県精神保健福祉センター
 こころの電話相談
 ☎0120-821-606

照会先 さくら館 ☎85-0800



箱エールクーポン券(第2弾)の配付について(クーポン券取扱店舗を随時募集中)

新型コロナウイルス感染症の緊急事態宣言が令和3年1月7日に再び発出され、2月2日に期間延長が決定された中で、徹底した外出自粛や3密回避など、感染拡大防止に一元となって取り組んでいる町民へ感謝し、生活を応援するとともに、一段と厳しい状況に置かれている地域経済の回復を図るため、町内登録店舗で利用できるクーポン券を全町民に配付します。併せて、クーポン券の取扱店舗を募集していますので、ご協力いただける事業者の方は、応募をお願いします。

※クーポン券配付をかたる不審電話に注意してください。

クーポン券配付概要

名称 箱エールクーポン券

2021

発行者 箱根町

配付対象者 1月31日に住民登録のある方

配付額 一人あたり1万円分のクーポン券(500円券の20枚綴(共通券6枚・専用券14枚))

共通券：全ての登録店舗で使用できます。

専用券：業種が「各種総合小売」と「コンビニエンスストア」では使用できません。

専用券導入理由 前回の事業業におけるクーポン券の業種別使用額が各種総合小売(3店舗)とコンビニエンスストア(17店舗)で約6割となったことから、この2業種では使用できない専用券を導入することとしました。

今回の変更は、本事業の目的である町民の生活支援と町内事業者の支援を踏まえ、より幅広い業種でクーポン券を利用していただくことを意図しておりますので、ご理解とご協力をお願いします。

配付方法 世帯主に世帯員分をまとめて3月中旬から簡易書留により郵送する予定です(全世帯への配付は3週間程度を予定)。

郵便配達時に不在で郵便局での保管期間が経過した郵便物については、企画課で保管しますので、その際は、印鑑と本人確認ができるものを持参いただき、受け取ってください。

※土曜日、日曜日および祝日の受け取りを希望される方は、事前に企画課に相談してください。

使用期限 6月30日(水)(クーポン券を受け取りしだい使用可能)

※使用期限を過ぎた場合、クーポン券は無効となります。

使用可能店舗 町内の登録店舗(認定ステッカーが貼つてある店舗)でのみクーポン券を使用できます。クーポン券の配付時に取扱店舗一覧を同封するほか、町ホームページで、最新の取扱店舗の一覧を確認できるようにします。

使用方法 例えば、1,100円の商品を購入する場合は、クーポン券2枚(500円券×2枚)と現金100円で支払うこととなります。

なお、現金部分をカードで支払うことができるかについては、取扱店舗によって対応が異なりますので、取扱店舗でご確認ください。

注意事項

- ・クーポン券は、利用できない物品および役務の提供があります。
- ・クーポン券は、お釣りが出ません。

共通券	専用券
<p>500円×6枚=3,000円</p>	<p>500円×14枚=7,000円</p>
<p>全ての登録店舗</p> <p>○ (使用できます)</p>	<p>各種総合小売 (ココカラファイン エーコープ ワールドヤマダ)</p> <p>コンビニエンスストア</p> <p>✕ (使用できません)</p> <p>上記以外の登録店舗</p> <p>○ (使用できます)</p>

※土曜日、日曜日および祝日の受け取りを希望される方は、事前に企画課に相談してください。

※使用期限を過ぎた場合、クーポン券は無効となります。

クーポン券取扱店舗の募集

申込方法 町内に店舗を有する事業者は、「箱エールクーポン券取扱店舗登録申込書兼同意書」に必要事項を記入のうえ、企画課または出張所に提出してください(登録費用なし)。登録申込書は申込受

付窓口で配付するほか、町ホームページの「申請書ダウンロード」から取得することができます。

※前回の同事業の登録事業者には直接依頼しています。

※今後の追加登録受付分については、当初配付予定のクーポン券取扱店舗一覧への掲載は間に合いませんので、あらかじめご了承ください。

照会先 企画課
 ☎8519560