

「一人ひとりが命を守る」 ゲートキーパーに」 3月は東京都自殺対策強化月間です



3月は、卒業や仕事の異動、転居などで生活環境が変わる方も少なくありません。周囲が不調に気づき、一人ひとりが命を守るゲートキーパーとなつて地域ぐるみで支え合う取組にご協力をお願いします。

ゲートキーパーとは 自殺のリスクにつながるような悩み、気づき、声をかけ、話を聞き、必要な支援につなげ、見守る人のことです。特別な資格はありません。

ゲートキーパーが担う役割
まずは声をかけることから
気づき、声をかける…いつもと違う様子(表情が暗い、反応が遅い、不眠など)に気づいたときや、困難を抱え込んでいる人と接した場合には、声をかけましょう。「どうかした」「眠れている」など

話を聴く…相手の苦勞をねぎらい、共感を表しましょう。「それはつらかったね」「よく耐えてきたね」など
必要な支援につなげる…困っている内容に合わせて、相談窓口を紹介しましょう。時には、代わりに連絡をとって窓口につなぎましょう。

見守る…継続的な関わりができる場合は、相談窓口につないだ後も、必要があれば相談にのることを伝えましょう。

ゲートキーパーの相談窓口
●こころといのちの相談窓口
●こころといのちの相談・健康相談(健康課)「直通558・1183 午前8時30分～午後5時15分(平日)」

●薬物等の依存症に関する相談・精神保健に関する相談(東京都西多摩保健所)「☎0428・22・6141 午前9時～午後5時(平日)」

●東京都自殺相談ダイヤル(東京都保健医療局)「☎0570・087478 正午～翌午前5時30分(年中無休)」

●相談はととLINE@東京(東京都保健医療局公式LINEアカウント)「午後3時～11時(年中無休)」

※受付は、午後10時30分まで
●問合せ 健康課健康づくり係(直通558・1183)

公開講座「困った時に役立つカウンセリングの基礎入門」
カウンセリングの基礎を学んで、身近な人を支えるゲートキーパーになりませんか。
日時 3月27日(木) 午前10時～11時30分(9時30分受付)
場所 あきる野ルピア3階ルピア産業情報研修室
講師 石井雄吉さん(明星大学心理相談センター長)
対象 市内在住・在勤・在学の方



減免世帯へ 指定収集袋を交付します

次に該当する世帯に令和7年度の指定収集袋を交付します。

●対象の①に該当し、非課税調査の同意書を提出済の方と②から⑤までのいずれかに該当する方には、申請書などを送付します。申請書を持参の上、所定日時に受取りに来てください。

日時・場所 表のとおり
①次のいずれかに該当する令和6年度の住民税が非課税の世帯
●65歳以上の方のみの世帯
●身体障害者手帳1級か2級の交付を受けている方がいる世帯

●東京都愛の手帳1度か2度の交付を受けている方がいる世帯
●精神障害者保健福祉手帳1級の交付を受けている方がいる世帯

●生活保護受給世帯
●児童扶養手当受給世帯
●特別児童扶養手当受給世帯
●国民年金の遺族基礎年金受給世帯で、事前に受給調査の同意書を提出した世帯

持ち物 申請書(必要事項を記入済みのもの)
4月以降の交付場所 生活環境課、五日市出張所市民総合窓口係

その他 交付日までに申請書等が届かない場合は、お問い合わせください。

問合せ 生活環境課清掃・リサイクル係



みせるの&たべるの &かなでるの ～あきる野マルシェ・パンマルシェ・あきる野の奏で～ 同日開催

あきる野マルシェでは、市内事業所がイチオシの商品を販売するほか、キッチンカーも出店します。パンマルシェでは、市と西多摩地域のパン屋さんが集結し、各店自慢の商品が一度に味わえます。あきる野の奏では、SUGAR SOUL & DJ HASEBE、SONOMI、地元アーティストによる生演奏やDJなどのライブを実施します。

日時 3月16日(日) 午前10時～午後4時
場所 ●あきる野マルシェ・あきる野の奏で…秋留野広場
●パンマルシェ…あきる野ルピア3階ルピアホール
費用 無料
主催 あきる野マルシェ実行委員会・あきる野ルピア・あきる野の奏で実行委員会
※各イベントの中止案内や内容等は、

あきる野マルシェ、あきる野ルピア、あきる野市観光協会青年部のInstagramなどでお知らせします。

問合せ
●パンマルシェ…あきる野ルピア(☎550-4700)
●あきる野の奏で…あきる野市観光協会五日市観光案内所(☎596-0514)
担当課
●あきる野マルシェ…商工振興課
●パンマルシェ…生涯学習推進課
●あきる野の奏で…観光まちづくり推進課



市職員 (特定任期付職員) 募集



防災・危機管理等の専門的な知識や経験を有する特定任期付職員(課長級)を募集します。

職種 特定任期付職員
募集人数 1人
提出書類 受験申込書、職務経歴書、資格証明書など

フリーリングシェルター登録施設・店舗の募集



熱中症を防止し、市民の生命と健康を守るためのフリーリングシェルター(涼み処)を開設するに当たり、誰でも気軽に暑さをしのぎ、一時的に休憩できる場所の提供に協力していただける施設・店舗を募集します。

募集期間
●第1次募集：3月31日(月)まで
※締切後も8月15日(金)まで随時受け付けます。

登録要件
●定期的にメンテナンスされた冷房設備を有すること
●休憩場所として施設等が設定する受入れ可能人数が滞在できる場所(椅子など)を確保できること

●熱中症特別警戒情報が発表された際は、施設等の開放可能日に必ず開放すること
●熱中症特別警戒情報が発令されていない場合も、6月から9月の間の開放可能日は、市民に休憩場所(涼み処)として提供できること

●詳しくは、募集要項をご覧ください。

●募集要項、受験申込書は、職員課、五日市出張所で配布するほか、市ホームページからもダウンロードできます。

応募・問合せ 職員課人事給与係(〒197-0814 二宮350、直通558・1334)

試験内容 1次選考は、書類と個別面接による選考
応募方法 3月31日(月)まで(必着)に窓口か郵送で提出してください。



納税などには便利な口座振替をご利用ください