

【声の広報】 視覚障害者（1～2級）の方にデイジー方式のCD版で声の広報をお届けしています。【問合せ】秘書広報課 551・1529

9月は東京都の自殺対策強化月間です～「気づいてください！体と心の限界サイン」～

都内の年間自殺者数は、毎年2,500人以上で推移しており、深刻な状況です。

大切な命を失わないために、悩みを抱えて「つらい」「苦しい」と感じたら、医療機関を受診するなど誰かに援助を求めることが大切です。

★講演会について

【日時】9月10日(木)午後6時30分～8時

【場所】東京都庁都民ホール

【講師】松本俊彦氏（精神科医）

【テーマ】自分を傷つけずにはいられない！～生きづらさを抱える若者の自殺予防のために～

【申込方法】東京都福祉保健局ホームページをご覧ください。

【問合せ】保健センター ☎ 552・0061

自殺防止！東京キャンペーン特別相談窓口

相談窓口	期間	電話番号
東京都自殺相談ダイヤル～ここらといのちのホットライン～	9月7日(月)～11日(金) (5日間とも24時間)	☎ 0570・087478
自殺予防いのちの電話	9月10日(木)午前8時～11日(金)午前8時 (24時間)	☎ 0120・738・556 (フリーダイヤル)
54時間特別相談	9月5日(土)午前0時～7日(月)午前6時 (54時間)	☎ 0120・589・090 (東京自殺防止センター)
自死遺族のための電話相談	9月8日(火)～11日(金)各日とも午前10時～午後10時	☎ 03・3796・5453 (グリーンケア・サポートプラザ)
多重債務 110番	9月7日(月)・8日(火)各日とも午前9時～午後5時	☎ 03・3235・1155 (東京都消費生活総合センター)
東京都ろうどう 110番	9月8日(火)・9日(水)各日とも午前9時～午後5時	☎ 0570・00・6110 (東京都労働相談情報センター)

臨時福祉給付金の申請はお済みですか
対象と思われる方には、8月3日に緑色の封筒で申請書をお送りしています。まだ申請されていない方は、申請書に必要事項を記入し、本人確認書類、口座確認書類のコピーを添付して同封の返信用封筒で送付してください(切手不要)。

【申請期限】10月30日(金)まで
【支給】給付金の支給開始は、10月以降となります。
【問合せ】臨時福祉給付金専用ダイヤル ☎ 0570・086・234
都営交通(都電、都バス、都営地下鉄) 無料乗車券更
新について
都営交通無料乗車券をお持ちで、引き続き利用される方は有効期限となる月の

初日(日・祝日を除く)から更新手続きができます。また新規申請される方については随時、手続きできます。
【対象】身体障害者・知的障害者・戦傷病者・原爆被爆者・生活保護受給世帯員・児童扶養手当受給世帯員・被保護者・中国残留邦人等の円滑な帰国の促進及び永住帰国後の自立の支援に関する法律に規定する支援給付を受けている方またはその配偶者
【申請に必要なもの】対象者であることが証明できるもの(手帳、証明書、通知書等)、現在お持ちの無料乗車券
【問合せ】障害福祉課 ☎ 551・1742

女性医師による乳がん・子宮頸がん検診を実施します
女性スタッフによる検診で乳がん・子宮頸がんの検診を一度に受けられます。
【日時】10月25日(月)午前9時～正午、午後1時～4時
※受付時間は抽選です。個別にご案内します。
【場所】保健センター
【対象】①乳がん検診 40歳以上の女性 ②子宮頸がん検診 20歳以上の女性
※市内在住で年齢は平成27年4月1日現在。平成26・27年度中に個別医療機関受診でも、受診歴のある方は申込みできません。
【申込み】市ホームページから電子申請(10月2日(金)午後11時59分まで)、または

は往復はがき(10月2日(金)当日消印有効)でお申し込みください。
◆次のような方は事前に主治医にご相談ください
・子宮の手術を受けたことがある方
・ペースメーカーやICDポルト等の医療器具を装着している方
・豊胸手術を受けた方
・授乳中の方
・肋骨骨折や肋骨にひびが入っている方
・妊娠している方、またはその可能性がある方
・受診日当日、月経中の方
※子宮の全摘出の手術を受けた方は受診できません。
【定員】①② 72人(抽選)
【検診方法】検診車による集団検診 ① 視触診及びマンモグラフィ ② 細胞採取、細胞検査
【費用】① 1,600円 ② 無料
※乳がん検診無料クーポン券をお持ちの方は、当日受付に提出すると全額無料で受診できます。
※生活保護受給中の方は、生活保護法適用証明書を当日受付に提出すると全額無料で受診できます。

▼「思春期ってどんな時期?」見過ぎなご様子、子どもの気持ち
子どもたちが思春期に入ると、口をきかなくなったり反抗的になったりして、周囲も戸惑うものです。一人の大人として自分を確立できるよう、子どもへの言葉かけ、接し方、距離のとり方などを、学んでみませんか? 実例も交えた貴重なお話が聞けますよ。
【日時】9月26日(土)午前10時～正午
【場所】市役所第一棟2階 第1・第2会議室
【対象】小学生以上の子をもつ保護者、その年代に関わる関係機関の方、テーマに関心のある方
【定員】先着50人
【講師】五月女友美子氏(公立福生病院小児科医・臨床心理士)
【申込み】受付中。電話で保健センター ☎ 552・0061へ。

ついでに、また相談を「心の相談」
対人関係・思春期・高齢期・子育てなどの心の問題や病気について、精神科医が相談に応じます。
【日時】9月25日(金)午後1時～2時30分
【場所】福祉センター相談室
【対象】心の問題や病気を抱える市民とその家族など
【定員】先着2人(予約制)
※初めての相談の方に限ります。相談内容は秘密厳守。
【申込み】9月3日(木)から社会福祉協議会・成年後見センター 福生 ☎ 552・5027へ。

オレンジカフェ ふっさ～同じ悩みを語り合おう～

認知症等の「当事者の方」「その方の家族」「支援している方」などが、認知症等について相談したり、日ごろの悩みを語り合い、交流を深めることができるカフェです。ほっとするひと時を一緒に過ごしましょう。
【日時・場所】9月8日(火)午後1時30分～3時・福祉センター1階喫茶たんぽぽ
【定員】20人程度
【参加費】一人100円
【問合せ】社会福祉協議会・成年後見センター 福生 ☎ 552・5027へ。

動物は責任と愛情をもって終生飼いましょう
◆9月20日(日)～26日(土)は動物愛護週間です

動物愛護週間は、命ある動物の愛護と適正な飼育についての関心と理解を深めるために「動物の愛護及び管理に関する法律」に基づいて設けられたものです。ペットや身近にいる動物たちについて、もう一度考えてみましょう。
◇犬の飼い主の方へ
・生後91日以上の子犬を飼いだしたら、犬の種類などを保健センターに届け出て鑑札の交付を受けましょう。また、狂犬病の予防注射は必ず受けさせましょう。

動物は責任と愛情をもって終生飼いましょう

◆9月20日(日)～26日(土)は動物愛護週間です

動物愛護週間は、命ある動物の愛護と適正な飼育についての関心と理解を深めるために「動物の愛護及び管理に関する法律」に基づいて設けられたものです。ペットや身近にいる動物たちについて、もう一度考えてみましょう。
◇猫の飼い主の方へ
交通事情や住宅事情を考えると、猫は屋内で飼育することが望ましいといえます。上下運動ができるよう家具の上などにも上がれる工夫をし、専用のトイレ、つめとぎなどを用意しましょう。
◇繁殖を望まない場合は、不妊・去勢手術を

「手術はかわいそう」と思われる方もいますが、繁殖を望まない場合は実施しましょう。不妊・去勢手術をすると性質がおとなしくなり、扱

いやすくなるほか、生殖器系の病気の予防にもなります。
◇身元の表示を
飼い主の所在が分かるように、犬には鑑札を着け、猫やその他の動物には名札などをつけましょう。
◇災害にそなえて
避難することになったときは、事情が許す限り動物を連れて避難しましょう。そのためには、普段から、人やほかの動物をこわがらない、嫌がらずにゲージに入る、トイレは決められた所とするなどのしつけをしておきましょう。また、動物用の食事や水(3日分)も用意しておきましょう。
【問合せ】保健センター ☎ 552・0061、環境課環境係 ☎ 551・1718

散歩のときは、犬をリードできちんとつなぎましょう。散歩中におしっこをしたときはすぐに水で流し、糞をしたときは家まで持ち帰ることが飼い主の責任です。
◇猫の飼い主の方へ
交通事情や住宅事情を考えると、猫は屋内で飼育することが望ましいといえます。上下運動ができるよう家具の上などにも上がれる工夫をし、専用のトイレ、つめとぎなどを用意しましょう。
◇繁殖を望まない場合は、不妊・去勢手術を

「手術はかわいそう」と思われる方もいますが、繁殖を望まない場合は実施しましょう。不妊・去勢手術をすると性質がおとなしくなり、扱