

9月は自殺対策強化月間です

大切な人のいつもと違う様子に気付いたら声をかけてみよう。

あなたの行動が有効な自殺対策になります。

次の4つのうち、どれかひとつができるだけでも、悩んでいる人にとっては大きな支えになります。

気づき・声かけ

家族や仲間の変化に気づき、勇気を出して声をかける



耳を傾ける

本人の気持ちを尊重する



相談窓口につなげる

早めに専門家に相談に行くことをすすめる



見守る

温かく寄り添いながら、じっくりと見守る



横浜市の相談窓口

こころの健康に関するご相談の各種窓口はこちら



厚生労働省まもろうよこころ

LINEやSNSなどのチャットで相談できる窓口はこちら

区役所障害者支援担当 (Tel) 866-8465 (Fax) 881-1755

9月24日～30日は「結核予防週間」結核は「過去の病気」ではありません!!

今でも日本で年間1万人以上の新規患者が発生!!

そのうち患者に占める65歳以上の割合が約70%!!

免疫機能が働いて増殖が抑えられていた結核菌が免疫力の低下で増殖し、発病することも!

出典: (公財)結核予防会「結核の統計2023」

65歳以上のあなたに知ってほしい「結核」のこと

結核を発病しても早期発見で重症化を防げる! 年に一度は胸部エックス線検査を受けましょう!



高齢になるほど咳や痰などの症状が出にくくなり、受診が遅れてしまうことも... 自身の健康を守ることはもちろん、家族や友人への感染を防ぐためにも早期発見を!

高齢者結核健診【要予約】 費用無料

9月25日(水)9時～10時受付 ※予約時に時間指定します。この日程で都合の悪い人はご相談ください。 区役所5階 健康相談室 65歳以上:先着20人 健康保険証など年齢の分かるもの 9月11日から区役所健康づくり係へ (Tel) 866-8426 (Fax) 865-3963

※検査当日に発熱や呼吸器症状のある人は受診できません。症状がある場合は医療機関へ。 ※肺や心臓の疾患で通院中の人や1年以内に胸部エックス線検査を受けた人は受診できません。

区役所健康づくり係 (Tel) 866-8426 (Fax) 865-3963

地域にいる猫のこと

人と猫がトラブルなく暮らせる町にするための3つの取組

1 増やさない

猫は繁殖力旺盛で、1度の出産でおおむね3～6頭の子猫が生まれます。不妊去勢手術をすることで、外にいる猫の数を減らしていくことができます。 ※手術をすると発情期の鳴き声やケンカを減らすことができます。

耳先カットは不妊去勢手術が済んだ印です

2 荒らさない

エサをあげる場合は、エサは放置せず、時間を決めて、集まった猫だけに適量を与えましょう。猫が食べるのを見届けて、あまったエサや糞尿など周囲を片付けましょう。

3 汚さない

エサを与える場所の近くに猫用トイレを設置すると、糞尿の掃除がしやすくなります。



猫用のトイレを作る

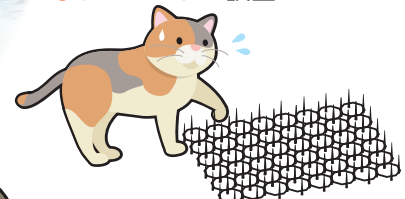
雨のあたらない場所に置く

サラサラの砂または土を使う プランターなど、下から水が抜けるものに

家にくる猫に困っている人へ 猫にとって居心地を悪くする工夫で被害を軽減できることがあります。

歩きづらくする工夫

- 猫の進入路・排泄場所に ●大きめの砂利を敷き詰める ●トゲシートを設置する



嫌いな音で寄せ付けない工夫

超音波発生装置を設置する。環境衛生係(6階64番窓口)で超音波式猫よけ器の貸出も行っていきます。(要予約、1台2週間まで)



詳しくは横浜市動物愛護センターWEBへ



横浜市は不妊去勢手術の補助金、地域猫支援事業などの支援を行っています。詳しくはこちら



猫を含む愛護動物に対して、遺棄、虐待などを行うことは法律で禁じられています。

区役所環境衛生係 (Tel) 866-8476 (Fax) 866-2513