

# 伝えよう。1人じゃないこと。

命を守るためにあなたにもできることがあります

問合せ 健康づくり課 (☎973-3700)

## 悩みや問題が連鎖し、追い込まれていく

自ら死を選ぶ原因は人それぞれですが、1つの問題や悩みではなく、さまざまな問題や悩みが連鎖し、追い込まれていくことが分かっています。

自殺を防ぐためには、問題や悩みを一つずつ解決し、悪循環に陥らないようにしていく必要があります。

過労 事業の不振 職場環境の変化

病気やケガ 人間関係 失業

家族の不和 生活苦 うつ病

## 3月は自殺対策強化月間

### 自ら命を絶つ人は交通事故よりも多い

日本では、年間3万人近くの人が自ら命を絶つ状況が10年以上も続いています。三島市においても、年間15~30人前後の人が亡くなっています。これは、交通事故の約4倍にもなります。



さまざまな問題や悩みが重なり合っていく

## あなたもゲートキーパーになりませんか

ゲートキーパーとは、身の回りの悩んでいる人に気づき、必要な支援につなぐ人のことです。



### 1 気づく

周りの人の様子がいつもと違うとき、悩みを抱えているのかもしれない。



### 2 声かけ

「体調はどう?」、「眠れていますか?」といった声かけをしてみましょう。

体調を気遣う声かけは、相手も答えやすくなります。



### 3 聴く

じっくり耳を傾けて、話を聴いてください。つらい気持ちを受け止め、心配していることを伝えることが大切です。一方的な説得や否定は避けましょう。



### 4 つなぐ

今回の折り込み「悩みごとの相談先一覧」を参考に、悩みに応じた機関への相談を勧めましょう。相談機関への連絡や同行などへの支援も効果的です。



### 5 見守る

必要時、相談にのるなどの見守りをお願いします。

## ゲートキーパー養成出前講座を活用してください

自殺の現状、最も多い原因であるうつ病やゲートキーパーの役割などについて保健師が説明します。内容や講座の時間につきましてはご要望を承ります。ぜひご活用ください。

問合せ 健康づくり課 (☎973-3700)

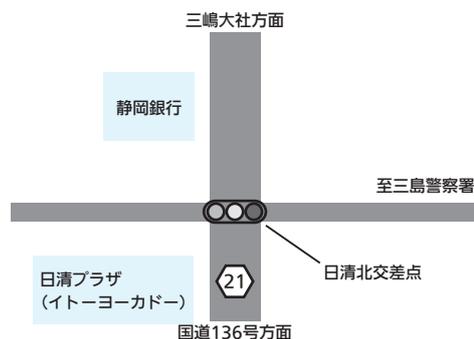
3月上旬実施

## 日清プラザ前交差点が歩車分離式信号になります

3月上旬から、日清プラザ（イトーヨーカドー）前の交差点（日清北交差点）が歩車分離式信号交差点に変わります。

歩行者、ドライバーのみなさんは、通行に気を付けてください。

問合せ 三島警察署交通課規制係（☎981-0110）、  
地域安全課（☎983-2651）



広げよう！思いやり運転

## 思いやりステッカーを車に貼りませんか？

「思いやり運転」に賛同していただける個人・団体に、みしまくん・みしまこちゃんのオリジナル「マグネットステッカー」をお渡ししています。車に貼って思いやりの輪を広げましょう。

「思いやり運転」として特に以下の3点についてご協力をお願いしています。

- 1 横断歩道付近に歩行者がいたら止まります。
- 2 早めにライトを点灯します。
- 3 譲ってくれた相手に「ありがとう」を示します。

配布場所 地域安全課（総合防災センター2階）

※マグネットステッカーはなくなり次第終了します。

問合せ 地域安全課（☎983-2651）



有効に利用し、かけがえのない農地を守りましょう

## 遊休農地（耕作放棄地）の解消にご協力ください

耕作しなくなった農地（遊休農地）は、農村景観を悪化させるだけでなく、農地集積に支障をきたします。

また、病害虫の発生を助長し、有害鳥獣のすみかになるなど、周辺に悪影響をおよぼします。

農地は、食料の安定供給を行うための重要な基盤です。農地法により農地の所有者や使用者は、農地の適正な維持管理の法的責務を負っています。草刈りや起耕などにより耕作可能な状態を保ちましょう。

自ら耕作ができなくなり農地を貸したいという場合は、「農地円滑化利用集積事業」を利用して認定農業者などに貸し出すことで、農地の活用が図られ、遊休農地の発生防止につながります。

また、遊休農地となってしまった場合でも、耕作地への再生が可能な場合は、一定の要件を満たすことで借地人に再生費用の補助をする制度もあります。詳しくは、地元の農業委員または農政課やJAにお問い合わせください。

問合せ JA 三島函南・指導開発課（☎971-8208）、

農政課（☎983-2652）、農業委員会事務局（☎983-2674）

### 遊休農地の再生例



再生前の荒れ果てた農地



整備により復活した農地