

自分自身や身近な人のこころの健康に目を向けてみましょう

## 9月10日～16日は自殺予防週間です

### 日本における自殺の現状

平成 10 年から平成 23 年までは年間の自殺者数は 3 万人を超えていました。その後徐々に減少してきましたが、現在も 2 万人を超える方が自ら命を絶っており、深刻な状況が続いています。日本は主要先進 7 カ国 (G7) の中で自殺死亡率が最も高くなっています。

### 自殺対策の取組

平成 18 年に「自殺対策基本法」が制定され、平成 28 年には、都道府県、市町村に自殺対策計画を義務づけるなどとする改正が行われました。越生町でも、平成 31 年 3 月に「越生町のちを支える自殺対策計画」を策定し、自殺対策に関する人材育成や普及啓発を行っています。

令和 4 年 10 月には政府が推進すべき自殺対策の指針として「自殺総合対策大綱～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～」が閣議決定されました。この自殺総合対策大綱では、以下の項目を追加し、総合的な自殺対策の更なる推進・強化を掲げています。

- ・子ども・若者の自殺対策の更なる推進・強化
- ・女性に対する支援の強化
- ・地域自殺対策の取組強化
- ・新型コロナウイルス感染症拡大の影響を踏まえた対策の推進など

### 自殺に関する迷信 (myth) と事実 (fact)

平成 29 年に、世界保健機関 (WHO) が各国の様々な研究を基にまとめ発表した「自殺対策を推進するためにメディア関係者に知ってもらいたい基礎知識」には「自殺に関する迷信 (myth) と事実 (fact)」が記載されています。内容の一部をご紹介します。皆さんの「自殺」に対するイメージと比べてみてはいかがでしょうか。

**迷信 (myth) :** 自殺について語ることは良くない考えであり、自殺を助長するものと捉えられてしまう可能性がある。

**事実 (fact) :** 世間に広く存在する自殺への偏見を考慮すると、自殺を考えている人の多くは誰にそのことを話せばいいのかわからない。隠し立てせず自殺について語り合うことは、自殺関連行動の助長ではなく、その人に自殺以外の選択肢や決心を考え直す時間を与えることができる。結果として、自殺を防ぐことにつながる。

**迷信 (myth) :** 自殺について語る人は自殺するつもりはない。

**事実 (fact) :** 自殺について語る人は、外側に向けて助けや支援を求めているのかもしれない。自殺を考えているきわめて多くの人が、不安、うつ、絶望を感じており、自殺の他に選択肢がないと考えている可能性がある。

### 厚生労働省のサイト「まもろうよこころ」の紹介

相談窓口、ゲートキーパー、自殺対策の取組などをわかりやすくまとめています。

☎ 越生町保健センター  
☎ 292-5505



▲「まもろうよこころ」ホームページ

マイナポイントの申込み期限は9月末までです

## マイナンバーカードの受け取りはお早めに

マイナンバーカードを令和 5 年 2 月末までに申請された方のマイナポイントの申込み期限は、令和 5 年 9 月末までとなっています。

今後、窓口の混雑が予想されますので、「マイナンバーカード交付通知書・電子証明書発行通知書」(ハガキ)が届いた方は、お早めにお受け取りにお越しくください。

※土曜日は混雑が予想されますので、なるべく平日にお越しくください。

場 所 役場 1 階 町民課窓口 (マイナンバー総合支援窓口)

※マイナンバーカードの申請サポート、受け取り、マイナポイントの申込みサポート等、マイナンバーカードに関する手続きを行っています。

日 時 ○平 日 午前 8 時 30 分～11 時 30 分、午後 1 時～4 時 30 分

○土曜日 午前 8 時 30 分～11 時 30 分

※9月25日(月)は、午後8時まで窓口を延長します。

(午後5時15分以降は、他の業務(住民票の写しの交付等)は実施しませんのでご注意ください。)

～マイナンバーカードの申請サポート(※写真撮影をします)～

持ち物 ○本人確認書類(AまたはB)

A: 運転免許証、パスポート、在留カード等のうち1点

B: 健康保険証、年金手帳、医療費受給者証、学生証等のうち2点

※QRコード付き申請書(お持ちの方)

～マイナンバーカードの受け取り～

持ち物 ○「マイナンバーカード交付通知書・電子証明書発行通知書」(ハガキ)

○通知カード

○本人確認書類(AまたはB)

A: 運転免許証、パスポート、在留カード等のうち1点

B: 健康保険証、年金手帳、医療費受給者証、学生証等のうち2点

※「氏名+生年月日」または「氏名+住所」が記載されている必要があります。

～マイナポイントの申込みサポート～

持ち物 ○マイナンバーカード(暗証番号もお忘れなく)

○キャッシュレス決済サービスIDとセキュリティコードのわかるもの(カードやスマートフォンなど)

○口座番号がわかるもの(通帳やキャッシュカード)

※マイナポイントは令和5年2月末までに、マイナンバーカードの申請をした方が対象です。

※マイナポイントの申込みは、ご自宅でもできます。スマートフォンに「マイナポイント」と「マイナポータル」のアプリをインストールして、申込みをしてください。

☎ 町民課 住民担当 ☎ 内線 124・125



**糖尿病内科 内科**

糖尿病内科を開設致しました。  
(金曜・土曜の午前中)  
お気軽にご相談下さい。

住所:比企郡鳩山町松ヶ丘3-7-2 (鳩山ニュータウン内)  
☎049-296-6800 鳩山第一クリニック 検索

当院は越生町からアクセス良好です。  
越生町役場からお車で約10分です。



当院

鳩山町役場

鳩山中学校

老人ホーム

麻美江ホスピタル

セブンイレブン

鳩山町立図書館

交番

ローソン

越生町 方面

鳩山町 方面

坂戸市 方面

広告