

精神保健福祉普及運動の実施について

第59回精神保健福祉普及運動が現在実施されています。(長野県においては、10/24~11/23)

そこで、厚生労働省が精神疾患(心の病)を正しく理解するために示した「**こころのバリアフリー宣言**」を紹介します。この宣言は、次の8つのキーワードから成立しています。

- ①**精神疾患を自分の問題として考えていますか(関心)**
精神疾患は誰もがかかる可能性があり、現在では5人に1人が心の病にかかっています。
- ②**無理しないで、心も体も(予防)**
過度なストレスは、心の病を発症させます。そこで、このストレスと上手に付き合い、ストレスをためない生活を心がけましょう。
- ③**気づいていますか、心の不調(気づき)**
心の病も「早期発見、早期治療」が回復の近道です。本人や周囲の方が、いつもと違うなど気づいたら早めに相談することが大切です。
- ④**知っていますか、精神疾患への正しい対応(自己・周囲の認識)**
心の病には休養がととても大切な薬となります。周囲の無理解や干渉は回復を遅らせてしまいます。あせらずにゆっくりと時間をかけて治す気持ちを持ちましょう。
- ⑤**自分で心のバリアを作らない(肯定)**
心の病をもつ人に対し、昔からの様々な誤解や偏見などの先入観(心のバリア)を持たないことが大切です。
- ⑥**認め合おう、自分らしく生きている姿(受容)**
誰もが自分の暮らしている町で、自分らしく生きることは自然であり、障害の有無にかかわらず、誰もがもっている当然の権利です。また、誰しも周囲の人に認められ、受け入れられることで、自分の本来持っている力をさらに発揮できるようになるものです。
- ⑦**出会いは理解の第一歩(出会い)**
偏見や誤解は、実際に触れ合う機会がないことから起ることがほとんどです。障害のある方と積極的にふれあう機会に参加してみましょう。
- ⑧**互いに支えあう社会作り(参画)**
障害の有無に関わらず、全ての人々が社会の一員として、互いに支えあう社会を作りましょう。
精神疾患に対する正しい理解を深め、精神障害者の早期治療並びにその社会復帰及び自立と社会参加の促進を図りましょう。



—消費者見守り情報 No.11—

投資用マンションの悪質な勧誘に気をつけて!

宅建法施行規則の一部改正により、電話や訪問などで投資用マンションの勧誘をする場合、勧誘に先立って、契約の締結についての勧誘目的であることを明確に告げなければならないことが規定されました。例えば「年金や老後の生活設計や将来の資産運用に関する提案をさせて欲しい」などの説明は、勧誘目的を告げたことにはなりません。

契約する意思がない場合は、「必要ありません」「関心ありません」など、初めにはっきり断りましょう。再勧誘や長時間にわたる勧誘など私生活や業務の平穏を害する困惑行為も禁止されています。違反するような勧誘を受けた場合は、下記にご相談ください。



出典/国民生活センター

相談 住民福祉課 住民係 ☎62-9112
消費生活センター岡谷 ☎23-8260

11月の納税等

国民健康保険料/後期高齢者医療保険料
保育料/上下水道使用料/住宅使用料

納期限・振替日は11月30日(水)です

※毎週火曜日は午後7時まで夜間納税窓口を開設しています。ご利用ください。

問 財務課 収納係 ☎62-9123

■9月15日~10月14日の届出 ■〈敬称略〉

●出生・転入・転居は14日以内に死亡は7日以内に届出を

結婚おめでとう

氏名 出身地

前島 慎	若宮
細川 美希	御射山神戸
平出 俊英	田端
小林 美保	高森
折井 直孝	木の間
三浦 吉恵	松本市
向井 賢	富里
前澤 千香穂	茅野市
金井 啓昭	塩尻市
小池 百合子	立沢

出生おめでとう

氏名 父の名 母の名 区名

平出 都羽	和彦	恵美	富里
小池 瑠奈	由浩	瞳	立沢
前島 安寿	清寿	恵子	若宮
原 凜花	洋輔	あさみ	南原山
金子 碧斗	昭裕	司	南原山
向川原 遥	一	むつみ	富士見
五味 葵生	亮介	記代子	南原山
植松 ひまり	美哉	史夏	立沢
菊池 琥羽	健一	綾子	桜ヶ丘
平出 晃大	聡一	あずさ	先達
富川 真那	直樹	真弓	南原山
有賀 千愛里	真樹	彩可	富原

おくやみ申し上げます

氏名 年齢 世帯主 区名

伏見 やちよ	92歳	善明	机
高橋 政行	66歳	政行	瀬沢新田
平出 ハナコ	86歳	ハナコ	葛窪
久保 利右三	87歳	利右三	塚平
藤沢 歌子	82歳	勇二	乙事
折井 やすゑ	89歳	ふさ子	木の間
葛城 ふけ子	89歳	ふけ子	花場
五味 まさゑ	85歳	秋富	乙事
細川 義男	86歳	義男	御射山神戸
和田 啓三	63歳	啓三	富士見
高見 永二	55歳	永二	立沢
井上 良朝	62歳	良朝	富士見
渡辺 光雄	66歳	光雄	富ヶ丘
小林 誠人	77歳	美典	信濃境
小池 みい子	88歳	沖磨	立沢