

## あなたが生きている それが大事 ひとりで悩まず 相談してください

全国で自殺により多くの尊い命が失われています。平成24年中の全国の自殺者数は27,858人でした。加西市内でも人口に対して、自殺率の高い状態が続いています。3月は自殺対策強化月間です。ひとりで悩まずに相談してください。

### ■相談窓口

#### ●兵庫県いのちと心のサポートダイヤル

短縮ダイヤル# 7500 携帯・IP電話 ☎ 078-382-3566  
月～金 18:00～翌 8:30 土・日・祝 24時間

#### ●市健康課 ☎ 8723 平日 8:30～17:15

●加東健康福祉事務所 ☎ 0795-42-5111 平日 9:00～17:00  
※加東健康福祉事務所では、専門家による「こころのケア相談」や「アルコール相談」などを行っています(19P参照)。

自殺の原因は、健康・経済・家庭問題など、さまざまな要因が複雑にからみ、多くの方が亡くなる直前に精神疾患を抱えている場合があります。中でも多いのが「うつ病」と「アルコール依存症」で、誰もがかかる可能性のある病気です。自殺を防ぐため、かけがえのない「いのち」を守るために、自分自身を含め周りの人の変化に少しでも早く気づくことが大切です。

### ■大切な人の「いのち」を守るためにできること

- ・気づく：家族や仲間の変化に気づいて声をかける。
- ・聴く：本人の気持ちを尊重し耳を傾ける。
- ・つなぐ：本人の気持ちを受け止めてから、専門家や相談機関に相談するように促す。
- ・見守る：温かく寄り添いながらじっくり見守る。

### ■平成21～24年の加西市の自殺者数

平成21～24年の状況は、男性が7割を占め、60歳以上の方が6割を占めています。また、同居の家族がいる方も自殺率が高くなっています。

年齢	男	女	計
20～29	8	1	9
30～39	7	0	7
40～49	7	0	7
50～59	2	0	2
60～69	11	5	16
70～	11	12	23
計	46	18	64

### ■うつ病チェックリスト

- 毎日の生活に充実感がない。
  - これまで楽しんでいたことが楽しめなくなった。
  - 以前は楽にできていたことが億劫に感じられる。
  - 自分が役に立つ人間だと思えない。
  - わけもなく疲れたように感じる。
- ※2つ以上が、2週間以上続いて生活に支障が出た場合は、医療機関や相談機関に相談しましょう。

### ■アルコール依存症チェックリスト

- 飲酒量を減らさないといけないと感じたことがある。
  - 周りから飲酒を非難されて気にさわったことがある。
  - 自分の飲酒についてよくないと感じたり、罪悪感を持ったりしたことがある。
  - 神経を静めたり、二日酔いを治したりするために迎え酒をしたことがある。
- ※2つ以上該当した方は、専門医に相談しましょう。

【問合せ先】 福祉企画課(福祉企画係) ☎ 8724 FAX 1801 fukuki@city.kasai.lg.jp

### 出会い・婚活パーティー 恋カフェ☆オープン

大好きスイーツビュッフェで幸せいっぱい。出会いは、春のカフェでした。

日時/3月29日(土) 受付開始 13:30～ 場所/カフェこはる日和(笹倉町)

対象/28～50歳までの独身男女 参加費/男性2,300円、女性2,000円

定員/各10人(多数の場合は抽選) 申込先/夢こらぼ事務局(松尾) ☎ 090-1679-5664

※兵庫県のひょうご出会いサポートセンター婚活応援セミナーです。



広告

広告

## 恋愛スキルアップ講座とカップリングパーティー

応募される男性については、2講座とカップリングパーティーのすべてに参加していただきます。定員は50人です。

### ■プロコーディネーターが教える“清潔感”のある着こなし講座

日常で使える清潔感のある着こなし術の講座と実際にイオンモール加西北条店専門店で参加者をコーディネートします。

日時/3月23日(日) 13:00～16:00 受付 12:30～ 場所/イオンモール加西北条店2階会議室

講師/Naoさん(Apoyo代表) 対象/20～45歳の独身男性



### ■世界一の理容師が手掛けるモテる男の簡単ヘアスタイリング講座

日本人で初めて世界大会で優勝した加西市出身の理容師から、モテる男のヘアセット術を学び、プロが実際にヘアセットを行います。

日時/3月29日(土) 15:00～16:30 受付 14:30～ 場所/ルーエ KITA03階(北条町古坂)

講師/北尾誠祥さん(ヘアサロン北尾代表) 対象/20～45歳の独身男性



### ■カップリングパーティー

日時/3月29日(土) 17:30～20:30 場所/ええもん王国(北条町横尾) 対象/独身の男女20～45歳の方

定員/各50人 参加費/男性4,500円 女性3,000円 ※住もう会員、ニコパ会員でない市外の方は500円UP

申込/氏名(フリガナ)・住所・性別・生年月日・電話番号・メールアドレスを、ええもん王国へFAX(☎1985)またはメール(e\_koi\_kasai@yahoo.co.jp)してください。

【問合せ先】 ふるさと創造課(市民参画係) ☎ 8706 FAX 1800 furuso@city.kasai.lg.jp

## 固定資産課税台帳の縦覧・閲覧

加西市で課税している土地・家屋の評価額などを記載した帳簿の縦覧・閲覧を市役所2階税務課で行います。本人確認のため運転免許証等の提示が必要です。

### ■縦覧について

固定資産税の納税者が、土地・家屋価格等を縦覧することで、他の土地や家屋と比較して自身の資産の価格が適正かどうかを確認できます。

対象/固定資産税の納税者本人または代理人(納税者本人と同居されていない方は委任状が必要)

縦覧期間/4月1日(火)～30日(水) 平日 8:30～17:15

縦覧方法/コンピューターを使った縦覧です。操作方法等は税務課職員におたずねください。

### ■閲覧について

固定資産税の納税者等が、自身の土地や家屋の確認することができます。他の土地や家屋とは比較できません。

対象/固定資産税の納税者本人、借地人・借家人(借地、借家人は、賃貸借契約書等の権利の資格を証明できる書類が必要)または代理人(納税者本人と同居されていない方は委任状が必要)

閲覧期間/4月1日(火)～平成27年3月31日(火)  
(年末年始を除く、平日 8:30～17:15)

### 平成26年度固定資産税の口座一括納付を希望される方へ

固定資産税を口座振替で納めていただいている方で、一括納付(前納)を希望される方は、3月31日までにご連絡ください。連絡のない場合は、年4回の期別納付になります。「継続的に前納の届出」をされている方は、連絡は不要です。

【問合せ先】 税務課(資産税係) ☎ 8713 FAX 5700 zeimu@city.kasai.lg.jp

広告