

交通事故など第三者から受けたけがや病気は、加入の健康保険へ届出しましょう！

秋の全国交通安全運動 9月21日～30日
「世界一の交通安全都市 TOKYOを目指して」



交通安全思想の普及・浸透を図り、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣付けるとともに、地域における道路

犬・猫の飼い主の方へ
ルールやマナーを守っていますか

▽犬・猫を飼う人はマナーを守って飼いましよう。生活のパートナーとして、犬や猫をペットとして飼う人が増えていますが、ペットに関する意見・苦情が市役所に寄せられています。ペットが嫌われる理由のほとんどは、飼い主のマナーの悪さが原因です。あなたの愛犬、愛猫がみんなから愛されるように、飼い主の方はルールやマナーを守って

交通安全運動の重点

- 子どもをはじめとする歩行者の安全と自転車の安全利用の確保
- 高齢運転者などの安全運転の励行
- 夕暮れ時と夜間の交通事故防止と飲酒運転などの危険運転の防止
- 二輪車の交通事故防止

交通事故死

ゼロを目指す日

9月30日(水)は交通事故死ゼロを目指す日です。一人ひとりが交通ルールを守り、交通事故の発生を防止しましょう。

問合せ 五日市警察署(☎595・0110)、福生警察署(☎551・0110)、地域防災課交通防犯係

こころの健康づくり

あなたのこころは元気でですか？

私たちは、日々様々なストレス(刺激)にさらされます。こころからだまされた関係にありまので、健康を保つためにはこころのケアも大切です。9月は東京都の自殺対策強化月間です。自分や家族、周囲の方のこころの健康に目を向けてみましょう。

こころのストレス度チェック

厚生労働省で作成した5つの質問(左のコード)です。心配のある方には利用できる支援情報につながります。



市の各相談窓口では、ストレ

スチエックや相談窓口を紹介するチラシを設置しています。

ストレスの対処法を持ちましよう

- ・小さなことでも楽しいと感じることや達成感が味わえるものなど、自分なりのストレス対処法を見つけてみましょう。
- ・心配事や困ったことを話せる相談先を持ちましよう。
- ▽家族・周囲のこころの状況に目配り・気配りを

こころの不調から、知らず知らずのうちに追い込まれた状態になることがあります。

笑顔が少なくなった、そわそわ落ち着かない、朝起きられなくなつた、身体の不調が続くなど、家族や周囲の人に心配な状況がみられたときは、声をかけてゆつくり気持ちを聴いてみましょう。

- ・健康課健康づくり係：直通558・1183(平日午前8時30分～午後5時15分)
- ・西多摩保健所：☎0428・22・6141(平日午前9時～午後5時)
- ・東京都多摩いのちの電話：☎042・327・4343(午前10時～午後9時)
- ・相談ほっとLINE@東京(東京都福祉保健局)：「相談ほっとLINE」@東京で検索
- ▽東京都自殺対策強化月間「自殺防止!東京キャンペン」特別相談(相談受付時間の延長や24時間対応)
- ・こころのいのちの講演会
- ・日時：10月3日(土) 午後1時30分～4時
- ・内容：「メンタルヘルス・ファーストエイド講習」身近な人のこころの不調に気づいたら? オンライン開催
- ・その他：詳しくは、東京都福祉保健局ホームページをご覧ください。
- ※市ホームページで「こころの健康づくり」を情報提供しています

▽問合せ 健康課健康づくり係(直通558・1183)



電動アシスト付き自転車のバッテリーは有害ごみ

電動アシスト付き自転車を「粗大ごみ」として出す際は、バッテリーを必ず取り外してから出してください。バッテリーを取り外さず、そのまま処理してしまうと、バッテリーから発火するおそれがあります。自転車は「粗大ごみ」、バッテリーは「有害ごみ」として出してください。

▽申込み・問合せ 生活環境課 清掃・リサイクル係(直通558・1830)

9月1日からごみ(傘)の出し方が変更になりました

傘は不燃ごみ指定収集袋に全て入っている必要がありますが、9月1日から不燃ごみ指定収集袋に半分以上入っていれば収集可能となりました。傘が半分以上入った状態で袋の口を縛って排出してください(他の不燃ごみを入れて排出することも可能)。



出ている場合は、収集しません。

袋を2枚使用しての排出は、できません。

▽問合せ 生活環境課清掃・リサイクル係(直通558・1830)

外での排せつ「鳴き声」「人や小動物への攻撃」「他人の敷地・屋内侵入」をさせないように、飼い主がマナーを守り、責任を持って飼ってください。また、現在の交通事情や住宅事情を考えると、猫は屋内で飼育することが望ましいといわれています。上下運動ができるよう家具の上などにも上がれる工夫をし、専用のトイレ、つめとぎなどを用意することや、不妊去勢手術を実施することが屋内飼育を成功させるコツです。

▽飼い主のいない猫(野良猫)

飼い主のいない猫を捕獲・駆除して欲しいという相談も増加しています。しかし、猫は愛護動物であり、市で捕獲・駆除を行うことができません。飼い主のいない猫に餌を与えるると集まるようになり、それを迷惑と感じる人もいま

▽動物は正しく終生飼養

飼いは、動物を飼育する上で、その習性や生理をよく理解し、愛情をもって終生飼養する責任があります。日ごろから健康管理に気を配り、犬には狂犬病の予防注射を必ず受

▽問合せ 健康課予防推進係(直通558・1191)

▽ペットが迷子になったら

東京都動物愛護相談センターのホームページで收容動物情報を確認できます。センターに連絡し(☎042・581・7435)、返還手続きをしてください。迷子になり飼い主のもとに戻ることができない動物は少なくありません。飼い主の責任の所在を明らかにし、迷子になった動物の発見を容易にするためにも、犬には鑑札を着け、猫やそのほかの動物には、名札などを付けてましよう。

