

# 板荷コミュニティセンターだより



- 15日(木) 民児協定例会
- 17日(土) 資源ごみ回収
- 21日(水) 交通安全街頭啓発
- 26日(月) 自治会協議会定例会  
元気アップくらぶ
- 21日(水) ~ 30日(金)  
秋の交通安全県民総ぐるみ運動



※新型コロナウイルス感染症予防・感染拡大防止のため、中止・変更になる場合があります。

## 中止のお知らせ

9月、10月に予定されていた以下の行事・事業は、新型コロナウイルス感染症予防・感染拡大防止のため中止となりましたのでお知らせいたします。

- わらでっぼう作り
- 敬老会並びに高齢者交流会
- 板荷地区市民体育祭(運動会)

## 図書コーナーをリニューアル

コミセンの図書コーナーをリニューアルしました。子ども向けの絵本や知育まんが、小説等の新着本以外の本のラインナップが変わりました。コミセンにいらした際にはぜひご活用ください!初めて利用する場合に、登録者(お子さんの場合は保護者)の身分証明書が必要になります。



## 9月18日(日)は環境美化の日です

 環境課環境保全係 ☎65-1064

毎年9月の第3日曜日は「環境美化の日」です。密集を避けるなど感染対策を施したうえで、自治会や地域の皆さんと清掃活動などの環境美化活動を行いましょう。

原則、燃やすごみはボランティア袋(緑色)に入れ、団体名などを書いてごみステーションへ出してください。

ごみステーションでは収集できない粗大ごみや多量の燃やすごみは、9月18日(日)午前8時30分から午前11時の間に、環境クリーンセンターへお持ち込みください。

※ポイ捨てごみや刈草等、ボランティア活動で集めたごみが対象となります。

## ○ 敬老会について ○

10月に予定していましたが板荷地区敬老会並びに高齢者交流会は、新型コロナウイルス感染症予防・拡大防止のため中止となります。対象者の方には、自治会役員・民生委員を通して記念品をお届けしますのでお受け取り下さい。

対象となる75歳以上の方(昭和23年4月1日以前に生まれた方)には、9月中旬に記念品配布のご案内を送付いたします。

鹿沼市

板荷地区自治会協議会

板荷地区コミュニティ推進協議会



板荷コミュニティセンターにおける放射線量測定結果は次のとおりです。

0.052 マイクロシーベルト/h (8月15日調査)

※環境省の除染実施計画策定基準値を下回っています。

## 9月の納期 (納期限9月30日)

- 固定資産税・都市計画税 3期
- 国民健康保険税 3期
- 介護保険料 3期
- 後期高齢者医療保険料 3期

## 秋の交通安全県民総ぐるみ運動

生活課交通対策係 ☎63-2163

期間 9月21日(水)～30日(金)

秋は旅行やイベントなど外出する機会が増える季節です。お互いにゆずりあいの気持ちを持って、交通マナーの向上と交通ルールの厳守を心掛け、交通事故をなくしましょう。



### 【運動の重点】

- 子供と高齢者を始めとする歩行者の安全確保  
「子どもや高齢者に優しい3S運動」の推進  
SEE (よく見る), SLOW (減速), STOP (止まる) を心掛けましょう
- 夕暮れ時と夜間の歩行者事故等の防止  
及び飲酒運転の根絶
- 自転車の交通ルールの遵守の徹底



## せせらぎプール清掃と河川パトロール

板荷リバーサイドランド(せせらぎプール)の工事が完了し、3年ぶりに元の姿の公園が戻ってきました。公園利用が増える8月を前に、PTAによる草刈り、消防団・中学校によるプール清掃が実施されました。

7月31日(日)には、きれいなまちづくり推進員協議会・自治会協議会による河川パトロールも実施し、多くの公園利用者に啓発チラシやごみ袋を配布し、ごみの持ち帰りを願いました。

地域の皆さんの協力で、板荷のきれいな環境が守られています。ありがとうございました。



## 1人で抱え込まず相談してみませんか？

～ 9月10日～16日は自殺予防週間です ～ 健康課市民健康係

☎63-8312



新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、先の見えない不安やストレスを感じ、こころとからだのバランスが崩れやすい状況です。コロナ禍以降、全国的に自殺者数は増加しており、鹿沼市においても今年上半期(1～6月)の自殺者数は、昨年同期比より1.5倍増加しています。自殺の動機で最も多いのは「健康問題」であり、特に「うつ病」が自殺の危険因子の1つとなっています。

「うつ病」は早期に発見し、十分な休養と医師の指示のもと治療を継続することが回復のカギです。

### ●こころのSOSのサイン

- 食欲不振・過食 □頭痛・めまい・肩こり □何もする気がおきない □考えがまとまらない
- 体重減少 □不眠

### ●悩みに気づき、専門家につなぎ、

寄り添いながら見守ることが大切です。

大切な方のこころのSOSに気づいたら、声をかけることからはじめませんか？

### ●一人で抱え込まずにご相談ください。

心理的に追い込まれた状態になると、「もう解決方法はない」と考えがちです。ご自身や大切な方のいつもと違う様子に気づいた時は、1人で抱え込まずにご相談ください。

相談内容	相談窓口	電話番号
こころの悩み	健康課	63-8312
生活困窮に関する相談	生活相談支援センターのぞみ	63-2167
高齢者に関する相談	高齢福祉課	63-2175
女性相談(DV・離婚等)	人権推進課	63-8352
子育ての相談	健康課	63-2819
消費生活相談	生活課	63-3313