

# 東大芦コミュニティセンターだより



東大芦地区推計人口  
(令和4年8月1日現在)  
男 1,390人  
女 1,419人  
計 2,809人  
999世帯

## 一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～

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、感染への不安や雇用状況の悪化、生活の変化等から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、去年同期比より1.5倍増加しています。

自殺の原因・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。

**●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始めませんか？周囲の気づきや配慮が救いの手となり、早期の治療や回復につながります。

**●一人で抱え込まずご相談下さい**

こころが辛く苦しい時、心理的に追い込まれた状態となり、「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



## 秋の交通安全運動県民総ぐるみ運動

期間 9月21日から9月30日

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。

お互いにゆずり合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がけ、交通事故を無くしましょう。



【運動の重点】

- ・子供と高齢者を始めとする歩行者の安全の確保  
「子どもや高齢者に優しい3S(スリーエス)運動」の推進  
運転中に子供や高齢者を見たら、SEE(よく見る)、SLOW(減速)、STOP(止まる)を心がけましょう。
- ・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  
「原則ハイビーム」の推進  
「見落とし」や「発見の遅れ」を防止するため、前照灯は早めに点灯、夜間の運転中は原則上向きで走行し、こまめに下向きに切り替えましょう。
- ・自転車の交通ルールの遵守の徹底

生活課交通政策係 ☎(63)2163

## 9月18日(日)は環境美化の日

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)の午前8時半から午前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。

環境課環境保全係  
☎(65)1064



※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。

## 食卓を彩るグリーンアレンジ♪

7月15日（金）東大芦コミュニティセンターで、花のアトリエ Tamazo の 軽部弥生先生をお迎えしてグリーンアレンジ教室を開催しました。参加された8名のみなさんは、緑、白、青色の季節の花材を使って、高さを抑えた食卓に飾れる涼しげなアレンジを作り上げました。



## 第40回東大芦地区ふれあいゲートボール大会参加者募集!

東大芦地区コミュニティ推進協議会では、恒例の「ふれあいゲートボール大会」を開催します。参加者を募集いたしますので、経験者から初心者の方まで奮ってご参加ください!

と き 10月29日（土）午前8時集合  
※雨天の場合は屋内ゲートボール場のみで実施

と ころ 出会う森総合公園

参加チーム 各自治会（レディス・混成A・混成B）

申込方法 9月28日（水）までに各自治会長に申込み

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止・変更になる場合があります。また、各地区での慰労会開催は自粛していただきますようお願いいたします。ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。



## 第68回鹿沼市駅伝競走大会

鹿沼市駅伝競走大会が開催されます。大会要項、コース、各種様式等詳細は市HPをご覧ください。大会開催に伴う交通規制にご協力をお願いします。

と き 11月19日（土）午前10時スタート

と ころ ヤオハンいちごパーク

対 象 中学生以上

定 員 支部の部は各支部2チームまで  
一般の部及びオープン参加は先着20チーム

申込方法 9月30日（金）午前10時までにスポーツ振興課まで

※代表者会議を11月15日（火）午後7時からTKCいちごアリーナで行います。参加チームは必ずご出席ください。

スポーツ振興課 ☎（63）2255



## 放射能放射線量測定結果

**0.087 マイクロシーベル/h**（8月17日測定）

※この数値が健康に影響することはありません。

## 9月30日納期限の税金等(3期)

固定資産税・都市計画税・国民健康保険税

介護保険料、後期高齢者医療保険料