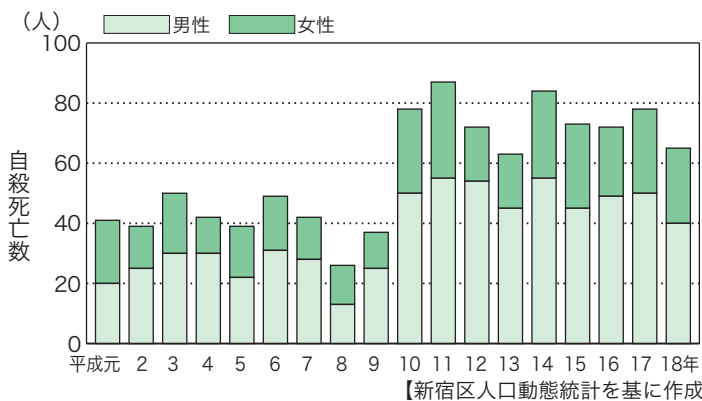


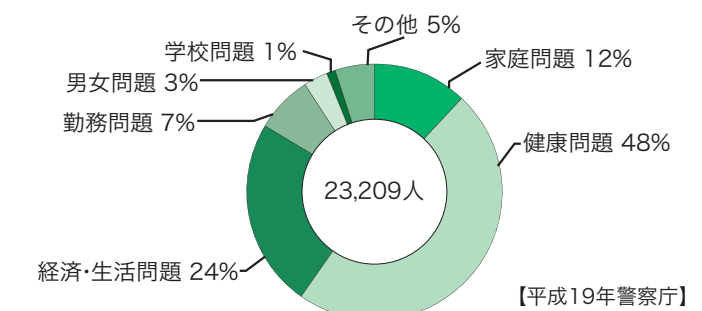
今号の主な内容	
2面	若者の就労を支援します
2面	正しく分けよう！資源とごみ
4面	いきいきハイキング
4面	区立図書館の休館
4面	東新宿駅自転車等整理区画利用者募集
4面	無料健康診査 (10月分)

★区のサービス・手続き・施設案内は「しんじゅくコール」
☎ (3209) 9999 (午前8時～午後10時)

(図1)自殺死亡数の推移(新宿区) (外国人は含まない)



(図2)原因・動機別自殺者数 (遺書のある場合のみ)



新宿区でも、年間60人以上、多い年では80人以上の方が自殺によって亡くなるという状況が続いています(図1)。年齢別では50歳代・60歳代の中高年層で、特に男性の自殺者数が多くなっています。全国での自殺の要因は、うつ病などの健康問題が5割弱、失業・多重債務などの経済

生活問題が2割強を占めています(図2)。多くの自殺は、相談・支援の体制を整備するなど、社会的な取り組みによって防ぐことができます。



9月は東京都の「自殺対策強化月間」、9月10日は「世界自殺予防デー」です。この機会に、自分自身や周囲の方の心と体の健康について考えてみましょう。

【問合せ】健康推進課地域保健係(本庁舎7階) ☎(5273)3047。

9月10日は世界自殺予防デー

気付いてください！心と体の限界サイン



うつ病を手当てすること

自殺は防げます

●うつ病は治る病気です
「自殺実態白書2008」(自殺実態解析プロジェクトチーム)によると、自殺に至る背景にはさまざまな悩みや問題が複合的にあり、自殺の原因の多くに「うつ病」が関係していることが分かりました。

日本では約15人に1人が一生のうちうつ病を経験するといわれ、誰でもかかる可能性があるある病気です。気付くのが遅れたり病気を放置すると、体にも影響を及ぼしたり長引くことがあります。しかし、薬による治療や十分な休養など、早期に適切な対応をすれば治る病気です。

「おかしいな」と感じたら一人で悩まず、早めに専門家に相談

こんなことが続いたら

要注意！うつ病のサイン

▼自分で気付くサイン：「憂うつな気分」「疲れやすい」「やる気がおきない」「寝付きが悪く早く目が覚める」「食欲がない」「人に会いたくなくなる」
▼周囲が気付くサイン：「以前と比べて表情が暗く元気がない」「体調不良の訴えが多くなる」「仕事や家事の能率が落ちたりミスが増える」「周りの人との交流を避ける」「遅刻・早退・欠席が増える」「趣味やスポーツ、外出をしなくなる」「お酒の量が増える」

心配なことがある方は 一人で悩まず早めに相談を

◎東京都自殺対策強化月間・特別相談

- ▶東京自殺防止センター・24時間特別相談…9月6日(出)午前6時～8日(月)午前6時 ☎(5286) 9090
- ▶自殺予防ののちの電話…9月10日(水)午前8時～11日(木)午前8時 ☎0120 (738) 556

◎うつ病など心の相談

- ▶牛込保健センター(弁天町50) ☎(3260) 6231
- ▶四谷保健センター(四谷4-17) ☎(3351) 5161
- ▶西新宿保健センター(西新宿7-5-8) ☎(3369) 7151
- ▶落合保健センター(下落合4-6-7) ☎(3952) 7161
- ▶都立中部総合精神保健福祉センター(世田谷区上北沢2-1-7) ☎(3302) 7711(月～金曜日、午前9時～午後5時、祝日等を除く)
- ▶東京都夜間こころの電話相談 ☎(5155) 5028(午後5時～10時)

◎多重債務に関する相談

- ▶新宿消費生活センター ☎(3365) 6000

平成20年第3回区議会定例会

期日	開会時間	会議・委員会の名称
9月16日(火)	午後2時	本会議(代表質問)
9月17日(水)	午後2時	本会議(代表質問・一般質問)
9月18日(木)～10月1日(水) (土・日曜日、祝日を除く)	午前10時	決算特別委員会
10月3日(金)～6日(月)	午前10時	常任委員会(総務区民・福祉健康・環境建設・文教)
10月7日(火)	午前10時	特別委員会(防災等安全対策、自治・地方分権)
10月8日(水)	午前10時	特別委員会(議会・行財政改革)
10月10日(金)	午後2時	本会議(議案、意見書・決議等の採決)

◎本会議・委員会は傍聴できます。手話通訳者または要約筆記者の配置もできます。本会議と決算特別委員会の様子は区議会ホームページ(☎ http://www.city.shinjuku.tokyo.jp/gikai/)でご覧いただけます。詳しくは、お問い合わせください。

【問合せ】区議会事務局調査管理係(本庁舎5階) ☎(5273) 3534へ。

- 今回の定例会で審議する主な議案(予定)
 - ◎予算案 平成20年度新宿区一般会計補正予算(第2号)
 - ◎決算認定 平成19年度新宿区一般会計歳入歳出決算
 - ◎条例案 新宿区教育委員会の委員の定数を定める条例
新宿区立地域交流館条例
- 【問合せ】総務課総務係(本庁舎3階) ☎(5273)3505へ。

中小企業の方へ

原油高騰・建築着工減に対応して 9月8日(月)から融資を拡充

「商工業緊急資金融資」を拡充しますので、ご利用ください。

【対象】次のすべての要件を満たす中小企業者の方

▼区内に本店(営業の本拠)があり、原則として同一事業を引き続き1年以上営業、▼信用保証協会の保証対象業種、▼住民税・事業税を滞納していない、▼中小企業信用保険法第2条第4項第5号に基づき経済産業大臣が指定した指定業種、▼最近3か月または6か月の売り上げ等が前年と比較して減少

【貸付額】800万円以下

【貸付期間(うち据置期間)】5年以内(6か月以内)

【年利(利子補給)】2.1%以下(1.6%以下)、本人負担0.5%

【信用保証料】全額補助

●その他の制度融資

経営に必要な事業資金を低利で利用できるよう、金融機関への融資あっせんをしています。詳しくは、お問い合わせください。新宿区ホームページの産業振興課のページでもご案内しています。

【問合せ】産業振興課産業振興係 ☎(3344) 0702へ。

子育ての心配ごとは 何でもご相談ください



●保育士がご自宅に伺います
経験豊富な保育士がお話を伺い、アドバイスします。

【対象】就学前のお子さんの保護者の方

【提供できる内容】ご希望の方に、訪問時に差し上げます。

▼保育園ガイド、▼自宅にあるもので作る赤ちゃん向けのおもちや、▼近くにある遊び場紹介の地図、

【申込み】電話で保育課保育係(本庁舎2階) ☎(5273) 4525(午前9時～12時、午後1時～3時)へ。訪問希望日時等を伺います。区役所の相談もできます(要予約)。

▼お母さん・お父さん、
祖父母の方等との「触れ合い遊びの歌」と「遊び方」のプリント、▼身長・体重記録カード、▼保育園の離乳食ハンドブック