

ひとりじゃない 悩みは抱え込まずに相談を 9月は自殺対策強化月間～気づき、支え合う

問合せ 健康政策課健康企画係(第2分庁舎分館1階)
☎(5273)3024・FAX(5273)3876

◇ ひとりで悩んでいるあなたへ その思い、話してみませんか ◇

電話相談

- ◆東京都自殺相談ダイヤル
～こころといのちのほっとライン
☎0570(087)478・年中無休
(正午～翌午前5時30分)
※9月10日(土)～14日(水)は24時間受け付けます。
- ◆有終支援いのちの山彦電話
☎(3842)5311
(火・水・金・土曜日の正午～午後8時)
※9月は日曜日、祝日も受け付けます。
- ◆東京自殺防止センター
☎(5286)9090・年中無休
(午後8時～翌午前2時30分(月曜日は午後10時30分から・火曜日は午後5時から))
※8月25日～29日(月)・31日(水)は午後8時から、30日(火)は午後5時から、いずれも翌午前2時30分まで☎0120(58)9090でも受け付けます。
- ◆自殺予防いのちの電話
(日本いのちの電話連盟)
☎(3264)4343・年中無休

※毎月10日午前8時～翌午前8時と毎日午後4時～9時は☎0120(783)556でも受け付けています。

- ◆保健センターのこころの悩みの相談
保健師等の専門職による電話・来所での相談をお受けします。精神科医の精神保健相談(月1回程度・予約制)や周囲の方からの相談も受け付けています。
日時 月～金曜日(年末年始、祝日等を除く)午前8時30分～午後5時
保健センター ▶牛込☎(3260)6231、▶四谷☎(3351)5161、▶東新宿☎(3200)1026、▶落合☎(3952)7161

LINE相談

- ◆東京都福祉保健局公式LINEアカウント
「相談ほっとLINE@東京」
☎https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/iryo/tokyokaigi/rinji1/ ▲LINE相談
linesoudan.html(午後3時～11時(受け付けは午後10時30分まで))

◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇ ご活用ください ◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

◆新宿ソウダンナビ(相談窓口自動案内)

☎https://shinjuku.so-dan.org/navi/ 悩みごとや困りごとなどに関する各種相談窓口を検索できるウェブサイトです(下二次元コード)。質問に答えると、相談窓口等の情報を案内します。



◆困りごと・悩みごと相談窓口一覧

健康や家庭、経済・生活の問題など相談内容別に相談窓口を掲載している冊子(右図、新宿区ホームページで閲覧可)です。健康政策課・保健センター・特別出張所等で配布しています。



◆ゲートキーパー養成講座(オンライン)

悩んでいる人に気づき、必要な支援につなげ、見守る「ゲートキーパー」について学びませんか。

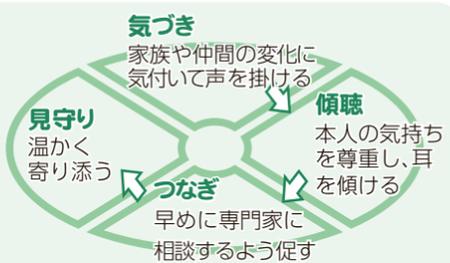
配信期間等 令和5年3月31日(金)までYouTubeで配信

☎https://youtube.com/playlist?list=PLMZWwu_SU8m-rQDvTjIiS1ougszcoezSm ▲視聴はこちら



あなたを必要としている人がいます

周りの人にできること 気づきの輪を広げよう



行政評価(内部評価)実施結果

結果は、問合せ先・区政情報センター(本庁舎1階)で閲覧できるほか、新宿区ホームページでご覧いただけます。

- 令和4年度の評価内容 ▶総合計画の4つの個別施策の評価
 - ▶令和3年度に実施した第二次実行計画の95事業の評価
 - ※計画事業を構成する一つ一つの事業(枝事業)単位で評価を実施
 - ▶経常事業91事業の取り組み状況の確認
- 問合せ 企画政策課(本庁舎3階) ☎(5273)3502

投票日は11月13日 新宿区長選挙

私たちの一票を区政に生かす大事な選挙です。詳しくは、11月5日発行の「広報新宿」新宿区長選挙特集号でご案内します。

- 立候補予定者説明会
新宿区長選挙への立候補を予定している方はご出席ください。
日時 9月12日(月)午後2時から(午後1時30分開場)
会場・申込み 当日直接、区役所本庁舎6階第4委員会室へ。
問合せ 区選挙管理委員会事務局(第1分庁舎3階) ☎(5273)3740



傍聴できる 審議会

みどりの推進審議会

日時 9月6日(火)午後2時～4時
会場 区役所本庁舎5階大会議室
申込み 傍聴を希望する方は、前日までに電話かファックス(3面記入例のとおり記入)で問合せ先へ。
問合せ みどり公園課みどりの係(本庁舎7階) ☎(5273)3924・FAX(3209)5595

保健・衛生

お口の発育を知ってお子さんの食べる力を育てよう

日時 9月22日(木)午前10時～11時30分
対象 区内在住で4か月～1歳ごろのお子さんの保護者、15名
申込み 8月29日(月)から電話で問合せ先へ。先着順。
会場・問合せ 四谷保健センター(四谷

三栄町10-16) ☎(3351)5161

精神保健講演会

- 統合失調症治療と家族の関わり方
受講方法 ▶①YouTube(動画配信。通信費等は申込者負担)、▶②上映会(動画視聴が難しい方向け)
日程 ▶①9月23日(祝)～10月7日(金)、▶②9月30日(金)午後2時から
会場 四谷保健センター(四谷三栄町10-16)
対象 ▶①YouTube動画配信を視聴できる機器をお持ちの方、▶②区内在住・在勤・在学の方、30名
申込み ▶①10月7日(金)(講師に質問がある方は8月31日(水)まで新宿区ホームページ(右下二次元コード)から申し込みます(申し込みには電子メールアドレスが必要)。▶②9月28日(水)(講師への質問がある方は8月31日(水)までに電話で問合せ先へ。②のみ先着順。
問合せ 保健予防課保健相談係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3862



区関連・官公署情報

市民とNPOの交流サロン

ウェブ会議ツール「Zoom」を利用したイベントです(通信費等は申込者負担)。
日時 9月8日(木)午後6時45分～8時45分
内容 中高年エンジニアのスキルを活用し、環境・エネルギー問題の解決に取り組むNPO法人「環境ベテランズファーム(EVF)」の紹介
申込み 9月8日(木)午後5時45分まで新宿NPO協働推進センターホームページ(☎https://snponet.net)から申し込みます。
問合せ 新宿NPOネットワーク協議会事務局 ☎(5206)6527

暮らしと事業のよろず相談会

日時 9月17日(土)午前10時～午後4時
会場 新宿駅西口広場イベントコーナー
相談員 社会保険労務士・司法書士・土地家屋調査士・中小企業診断士・公認会計士・行

政書士・不動産鑑定士・弁理士・弁護士・税理士・災害復興まちづくり支援機構 後援 新宿区、東京都ほか

申込み 9月8日(木)までに予約専用電話 ☎(3253)7060(午前9時～12時、午後1時～4時)へ(当日も受け付けできる場合あり)。
問合せ 東京司法書士会事務局事業課 ☎(3353)9191

ほっと相談

- 人間関係や看護や介護でお悩みの方へ
精神対話士による無料相談
日時 9月25日(日)午後1時15分～4時45分
会場 東京ボランティア・市民活動センター(神楽河岸1-1、飯田橋セントラルプラザ10階)
後援 新宿区、東京都
主催・申込み 事前に電話か電子メール(氏名(ふりがな)を記入)で問合せ先へ(当日の申し込みも可)。
問合せ メンタルケア協会・東京「ほっと相談」第1実行委員会・岡田 ☎070(3300)6686・☎hotto_soudan_tokyo@yahoo.co.jp