

3月は「自殺対策強化月間」です

「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向け、「自殺対策強化月間」の3月に全国で様々な取り組みが行われます。本市においても、市民の皆さまが、自らのいのちを絶つことなく、自分自身や身近な人を大切に感じることのできる社会、安心して暮らすことのできるたつの市を目指し、自殺予防の啓発活動を行います。

「こころの体温計」でストレスチェック

「最近よく眠れない」「食欲がなく体重が減った」「何をしてもおっくうに感じる」「不安や焦り、気分が落ち込む」「集中力が続かない」などの症状はありませんか。こころからのサインを見逃さないよう、今のこころの状態を見てみましょう。自分だけでなく、家族やあなたにとって大切な人のストレスチェックもできる「こころの体温計」を紹介します。→



- 本人モード** ストレス度、落ち込み度が分かります。
- 家族モード** 大切な人のこころの健康状態を家族や身近にいる人の目でチェックできます。
- 赤ちゃんママモード** お母さんのこころの状態が分かります。

ストレス対処タイプテスト



自身のストレス解消法はどのタイプかが分かります。

様々な悩みや不安を軽減するための相談先の紹介



「つながるいのち支援計画」など、自殺予防の様々な取組を紹介しています。



相談窓口や、メンタルヘルスチェック等の紹介ページにつながります。



精神障害者保健福祉手帳について

精神に障害がある方に交付することにより、等級に応じた各種の援助や制度が利用可能となり、自立と社会参加の促進を図る制度です。

■流れ

市で申請受付後、県で審査を行い、障害を有すると認定されると、その程度に応じ1級から3級の等級を決定し、手帳が交付されます。なお、申請には、診断書による申請と、年金証書等による申請の方法があります。

■有効期間 交付日から約2年間

■申請窓口 地域福祉課、各総合支所地域振興課市民健康福祉係

■新規申請に必要なもの

- 【診断書による申請】
 - ・申請書 診断書(手帳用) 写真(4×3cm)1枚
- 【年金証書等による申請】
 - ・申請書 写真(4×3cm)1枚
 - ・精神障害を事由とする障害年金証書の写し、直近の振込通知書又は支払通知書の写し、年金事務所等照会同意書
- その他 様式は市ホームページからダウンロードできます。

自立支援医療(精神通院)制度について

精神疾患で通院されている方が、安定して治療を受けることができるように、治療に要する費用の一部を公費で負担する制度です。市で申請受け付け後、県で要否を判定し、「自立支援医療(精神通院)受給者証」が交付されます。

■対象者

統合失調症、うつ病、認知症等精神疾患により通院による精神医療が継続的に必要な方

■利用者負担

原則として医療費の一割負担(医療保険証の世帯の課税状況により、利用者負担上限月額が設定されています)

■申請窓口

地域福祉課、各総合支所地域振興課市民健康福祉係

■新規申請に必要なもの

- ・申請書 診断書(自立支援医療用)
- ・印鑑 健康保険証の写し 収入に関する申告書
- ・昨年中(1月から6月に手続きする場合は一昨年中)の収入額が確認できる書類(市民税非課税世帯の場合)

■有効期間

受付日から1年間(期間を延長する場合は、期限の3カ月前から更新手続きができます)

■その他

- ・様式は市ホームページからダウンロードできます。
- ・入院治療には適用されません。
- ・適用となるのは県で指定を受けた医療機関・薬局・訪問看護事業所で、原則各1医療機関です。
- ・受診者の氏名、住所、健康保険、受診医療機関が変更になった際には、届け出が必要です。
- ・申請内容(新規・更新・変更)や申請される方の状況により、必要な書類が異なりますので、ご不明な点がございましたら、事前にお問い合わせください。

▶地域福祉課(☎64・3204)

地震に備えましょう

平成7年1月17日に阪神淡路大震災が発生し、27年が経過しました。また、平成30年6月18日に大阪北部地震が発生し、登校中の女兒が倒れてきたブロック塀の下敷きとなり亡くなるという痛ましい事故も発生しています。

政府の地震調査研究推進本部によると、南海トラフにおける巨大地震の発生可能性として、30年以内に70~80%という数値が示されています。地震が発生したときに大切なことは、「あわてず、落ち着いて」行動することです。

緊急地震速報が鳴ったら

気象庁から震度4以上の強い揺れが予測される地域を対象に、テレビ、ラジオ、携帯電話、スマートフォン、防災行政無線を通じて緊急地震速報を一斉配信されます。発表から揺れが発生するまでは数秒から数十秒です。情報を確認したら、まずは、身の安全を確保しましょう。



地震発生
身の安全を確保!

緊急地震速報

防災マップの活用

令和3年2月に配布した防災マップでは、地震・津波に関する情報、地震の震度分布を掲載しています。今一度、確認をお願いします。

ひょうご防災ネットへ登録

兵庫県と構成市町で運営しています。正しい情報の入手手段として、登録をお願いします。



1~2分

火の元の確認、家族の安否確認

3~10分

テレビ、ラジオ、スマートフォンで情報確認

10分~数時間

隣近所の安否確認



▶危機管理課(☎64・3219)

令和4年度たつの市納税カレンダー

	納期限 (口座振替日)	市・県民税 (普通徴収分)	固定資産税 都市計画税	軽自動車税 (種別割)	国民健康保険税 (普通徴収分)	口座振替申込期限(納税課受付締切日)	
						新規・変更	解約・廃止
※4月	5月2日(月)			全期		3月31日(木)	4月19日(火)
5月	5月31日(火)		全期(第1期)			4月28日(木)	5月19日(木)
6月	6月30日(木)	全期(第1期)				5月31日(火)	6月20日(月)
※7月	8月1日(月)		第2期		全期(第1期)	6月30日(木)	7月20日(水)
8月	8月31日(水)	第2期			第2期	7月29日(金)	8月19日(金)
9月	9月30日(金)				第3期	8月31日(水)	9月16日(金)
10月	10月31日(月)	第3期			第4期	9月30日(金)	10月19日(水)
11月	11月30日(水)				第5期	10月31日(月)	11月17日(木)
12月	12月26日(月)		第3期		第6期	11月25日(金)	12月14日(水)
1月	1月31日(火)	第4期			第7期	12月21日(水)	1月19日(木)
2月	2月28日(火)		第4期		第8期	1月31日(火)	2月15日(水)

※納期限は特に記載のない場合、月末です。ただし、納期限が金融機関の休業日であるときは翌営業日となります。

市税等の納付は口座振替が便利です。

お申し込みは、市内の金融機関、納税課及び各総合支所地域振興課で口座振替依頼書の提出をお願いします。

▶納税課(☎64・3144)