



**水道基本料金等の減免制度**

65歳以上の人でだけで構成される高齢者世帯は、水道基本料金などの減免を受けられる場合があります。

申請を希望される場合は、所得制限がありますので、まず電話で問い合わせてください。

申請・問合せ先 地域共生推進課

**「世界自閉症啓発デー」、**

**「発達障がい啓発週間」**

4月2日は「世界自閉症啓発デー」、4月2日～8日は「発達障がい啓発週間」

全国で発達障害の啓発のため、さまざまなイベントが行われています。発達障害の人たちが社会の中で自立していくためには、発達障害に対する私たち一人ひとりの理解が必要です。

【発達障がい講演会「世界自閉症啓発デー in OSAKA 2021」】  
日時 4月8日(木) 午後2時～4時30分  
※オンライン形式で開催  
定員 500人(先着順)  
申込 4月2日(金)まで

【府内主要建物のブルーライトアップ】  
日時 4月2日(金) 日没～3日(土) 午前0時まで

場所 大阪城天守閣、大阪府咲洲庁舎、大阪府立男女共同参画・青少年センター(ドーンセンター)、天保山大観覧車、万博記念公園太陽の塔  
※終了時間は場所によって異なります。

いずれも  
問合せ先 府 地域生活支援課 ☎06・6944・6689  
※詳しくは府ホームページ (http://www.pref.osaka.lg.jp/chikiseikatsu/hattatusyogai/osaka/index.html) をご覧ください。



**3月は自殺対策強化月間**

問合せ先 地域共生推進課

自殺で亡くなる人の数は、令和元年中では全国で20,169人となっており、府内でも1,231人の人が亡くなっています。令和2年7月以降、自殺者数は前年同月比で増加傾向にあります。自殺は、さまざまな要因が複雑に関係して、「その多くが追い込まれた末の死」であり、「その多くが防ぐことができる社会的な問題」であると言われています。さまざまな悩みを抱えている人は、一人で悩まず、専門の相談機関に相談してください。

**【大阪府が実施する電話相談】**

- こころの健康相談統一ダイヤル ☎0570-064-556  
※一部のIP電話などからは接続できません。
- こころの電話相談 ☎06-6607-8814  
日時 毎週月・火・木・金曜日(祝日除く) 午前9時30分～午後5時
- 若者専用電話相談〔わかぼちダイヤル〕 ☎06-6607-8814  
日時 毎週水曜日(祝日除く) 午前9時30分～午後5時
- 泉佐野保健所の精神保健福祉相談 ☎462-4600  
日時 毎週月～金曜日(祝日除く) 午前9時～午後5時45分
- 大阪府妊産婦こころの相談センター ☎0725-57-5225 ※妊産婦対象  
日時 毎週月～金曜日(祝日除く) 午前10時～午後4時
- 大阪府こころの健康総合センター〔自死遺族相談〕 ☎06-6691-2818  
日時 毎週月～金曜日(祝日除く) 午前9時～午後5時45分(予約制)

**【各団体が実施する電話相談】**

- 関西いのちの電話 (24時間受付 ☎06-6309-1121)
- 大阪自殺防止センター ☎06-6260-4343  
日時 毎週金曜日 午後1時～日曜日 午後10時
- こころの救急箱 ☎06-6942-9090  
日時 毎週月曜日 午後8時～火曜日 午前3時
- 自殺予防いのちの電話 ☎0120-783-556  
日時 毎月10日 午前8時～翌日午前8時(24時間)

**【泉佐野市が実施する電話相談】**

基幹包括支援センターいずみさの ☎464-2977  
日時 毎週月～金曜日(祝日除く) 午前8時45分～午後5時15分

**【地域の電話相談】**

●支援情報検索サイト  
どこに相談したらいいかわからない時は支援情報検索サイトにて地域別、方法別、悩み別に相談窓口を検索することができます。



▶QRコード

**【その他の相談】**

●よりそいホットライン ☎0120-279-338  
どんなひとの、どんな悩みにもよりそって、一緒に解決できる方法を探します。  
日時 24時間受付



▶QRコード

●チャイルドライン〔NPO法人チャイルドライン支援センター〕 ☎0120-99-7777

18歳までの子どもがかかる電話です。チャットでの相談も受け付けています。  
日時 毎日午後4時～9時



▶QRコード

## 風しん抗体検査の結果は確認しましたか？

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日に生まれた男性には、風しん抗体検査・予防接種のクーポン券を郵送しています。抗体検査の結果で抗体価が十分でない場合は、抗体を付けるために予防接種が必要になります。抗体検査の結果を確認し、必要な場合は予防接種を受けましょう。

**対象** 検査・接種当日、泉佐野市に住民登録があり、昭和37年4月2日～昭和54年4月1日に生まれた男性で、それぞれ次の基準に該当する人

●**抗体検査**…検査により風しんにかかったことを証明するものがない人

※検査により風しんにかかったことを証明するものがある人でも、希望すれば抗体検査を受けることができます。

●**定期予防接種**…平成26年4月1日以降の抗体検査結果で、十分な量の風しんの抗体がないことが判明した人

※上記以外でも、妊娠を希望する女性、妊娠を希望する女性の配偶者、妊婦の配偶者は、一定の基準を満たすと「風しん任意予防接種費用の助成」に該当する場合があります。

**問合先** 健康推進課

※詳しくは、ホームページをご覧ください。また、対象の生年月日でクーポンをお持ちでない人は問い合わせてください。



## 3月9日は脈の日

～寝たきり予防は

脈のチェックから！～

脳卒中の中でも特に重症化しやすい心原性脳梗塞予防のため、定期的に自分の脈をチェックする習慣をつけましょう。脈が飛ぶなど、脈のリズムがおかしいと思ったら、すぐ受診しましょう！

**問合先** 健康推進課

※泉佐野保健所管内の泉佐野市、熊取町、田尻町、泉南市、阪南市、岬町では脳卒中予防対策に取り組んでいます。



▲出典：心房細動週間ウェブサイトより

## ～3回シリーズ (3回目)～

### メッセージノート (わたしの生き方ノート)

**問合先** 地域共生推進課



認知症は、だれでもなりうる病気です。認知症になっても自分らしく最期を迎えられるように…

「自分らしく生きたい、この先どう過ごしたいのか？」をどのように、どなたに伝えますか？

認知症になると「自分の生き方、終い方」など、自分では決断できなくなる場合があります。

認知症が進むと、自分らしく生きること（大切にしていることや、思い、希望）などが上手く伝わらず、わかってもらえない苦しさや喪失感で、症状が更に進んでしまう可能性があります。このことが、認知症の人や、その人を支える周囲の人が抱える苦しさではないかと思えます。

あらかじめ家族や周囲の人に伝えておきたいことを「メッセージノート (わたしの生き方ノート)」に記入し、家族や周りのサポートする人たちと共有することによって、お互いを理解し合えることで、自尊心を傷つけずに関わるができるかもしれません。

泉佐野市では「自分らしく生きることが実現できる泉佐野」をめざして、在宅医療・介護連携推進事業を実施しています。その活動として、泉佐野市メッセージノート (わたしの生き方ノート) を作成しました。

希望する人には、無料で基幹包括支援センターいずみさの、地域型包括支援センター、地域共生推進課にてお渡しします。

