

3月中旬から4月上旬にかけて 市民課窓口の混雑が予想されます

問 市民課 (☎62-1009) ID 1002937

住民票、印鑑証明、戸籍謄(抄)本などの各種証明書の交付は、以下の窓口で行っています。その際、本人確認書類として、運転免許証、パスポートなどを忘れずにお持ちください(コンビニ交付は除く)。

市民課窓口混雑予想カレンダー

※昼前後(10時30分~14時)は特に長くお待たせすることがあります。

	3月											4月				
	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4
	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
日中窓口混雑状況	□	△	△	△	△	△	△	□	□	□	□	□	△	△	□	△
休日・夜間受付	★	★	★	★	☀	☀	★	★	★	★	★	★	☀	☀	★	★

□…非常に混雑 △…混雑 ★…夜間窓口(17時15分~20時) ☀…休日窓口(9時~12時30分)

◆富士松支所 (☎36-1111)

・各種証明書交付、印鑑登録、住所異動(平日8時30分~17時15分) ・戸籍届出(年中無休8時30分~21時)
※住所異動や戸籍の届出の受付と同時に行う国民健康保険や児童手当などの一部の受付は、担当課職員とテレビ通話をしながら受付をする試験運用も行っています。

◆東刈谷市民センター (☎24-1175)、小垣江市民センター (☎24-3751)、北部市民センター (☎36-7171)

・各種証明書交付のみ(平日8時30分~17時15分)

◆コンビニ交付(マイナンバーカードをお持ちの人のみ)

・各種証明書の交付のみ(6時30分~23時)

※一部発行できない証明や取扱いのないコンビニもあります。

※コンビニ交付の手数料は、令和5年10月31日まで窓口より1通あたり100円減額されます。

3月は
自殺対策強化
月間です

あなたもゲートキーパーに！大切な人のところに寄り添う、支える ~みんなの「生きる」を支え あしたへつなぐまち“かりや”~

問 保健センター (☎23-8877) ID 1009872

3月は卒業や引っ越しなどその人を取り巻く環境が大きく変化し、知らず知らずのうちに心の疲れがたまりやすい時期です。ゲートキーパーに特別な資格は必要ありません。周囲の人の変化に気が付いたら温かく声を掛け、相手の気持ちに寄り添いながら話に耳を傾けましょう。

ゲートキーパーの心得~命を守るための4つのキーワード~

① 気付く

仲間や家族の変化に気付いて、声をかける

以下のサインが見られたら、心のSOSのメッセージかもしれません。

〈体〉

- ・不眠 ・食欲不振
- ・飲酒量が増えている
- ・体調不良が続いている など

〈心〉

- ・気分が落ち込んでいる
- ・何事にも興味を持ってない
- ・イライラして落ち着きがない など

〈行動〉

- ・遅刻や欠勤が増えた
- ・口数が減った
- ・周囲との交流を避けるようになった など

② 聴く

本人の気持ちを尊重し、話に耳を傾ける

言いたいことや悩みをじっくり聞いて、ありのまま受け入れます。

〈聴き方のポイント〉

- ・相手が話しやすい環境づくり
- ・悩みを真剣な態度で受け止める
- ・ねぎらいの言葉を掛ける



こんな言葉や態度は避けよう

- ×安易な激励 「もっと頑張ろうよ」「何とかなるよ」
- ×批判・否定 「あなたにも原因があるのでは？」
- ×一般論の押し付け 「命を粗末にはしてはいけませんよ」

③ つなぐ

相談窓口につなげる

話を聞いた人は1人で抱え込まず、専門機関への相談を促しましょう。

〈相談窓口〉

- ・保健センター (☎23-8877)
- ・衣浦東部保健所 (☎21-9337)
- ・よりそいホットライン (☎0120-279-338)
- ・名古屋いのちの電話 (☎052-931-4343)

SNS相談(あいちこころのサポート相談)



④ 見守る

温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

専門機関につないだ後も声を掛け、気に掛けているというメッセージを伝えましょう。