

特に記載がない場合の受付時間は土・日曜日、祝日を除く午前8時30分～午後5時です。費用の記載がない場合は無料。申込みの記載がない場合は直接会場へ。

第 32 回 自殺防止！東京キャンペーン

窓口・実施機関	番 号	特別相談期間
(全国) (東京) フリーダイヤル特別相談 (NPO 国際ビフレンダーズ東京自殺防止センター)	0120-58-9090 03-5286-9090	3 月 1 日(水)～ 6 日(月)の午後 8 時から 3 月 7 日(火)午後 5 時から ※いずれも翌日午前 2 時 30 分まで
有終支援いのちの山彦 電話一傾聴電話一 (NPO 有終支援いのちの山彦 電話)	03-3842-5311	3 月の火・水曜日、金～日 曜日および祝日の正午～午後 8 時
自殺予防いのちの電話 (一社日本いのちの電話連盟)	0120-783-556	3 月 10 日(金)午前 8 時～ 11 日(土)午前 8 時 3 月 1 日(水)～ 31 日(金)の午後 4 時～ 9 時
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～ (東京都【NPO メンタルケア協議会】)	0570-087478	3 月 27 日(月)～ 31 日(金) 各日 24 時間

LINE 相談

東京都福祉保健局公式 LINE アカウント名 **相談ほっと LINE @東京**

毎日午後 3 時～ 11 時 (受付け：午後 10 時 30 分まで)

※利用方法などは東京都福祉保健局ウェブサイトをご覧ください。

■ 自死遺族のための電話相談

窓口・実施機関	番 号	特別相談期間
自死遺族傾聴電話 (NPO グリーフケア・サポートプラザ)	03-3796-5453	3 月 7 日(火)～ 10 日(金)各日 正午～午後 4 時
自死遺族相談ダイヤル (NPO 全国自死遺族総合支援センター)	03-3261-4350	3 月 6 日(月)～ 8 日(水)各日午前 10 時～午後 8 時

東京都消費生活総合センターでは、東京三弁護士会・東京司法書士会・日本司法支援センター (法テラス) などの専門相談窓口などと連携した「多重債務 110 番 ☎ 03-3235-1155」を 3 月 6 日(月)・7 日(火)に行います (各日午前 9 時～午後 5 時)。

※いずれの窓口も相談は無料です。

※フリーダイヤル以外の相談先は、通話料・通信料がかかります。

※ 0570 で始まるナビダイヤルは、携帯電話の無料電話、かけ放題プランなどの対象外です。

こころといのちの講演会
(オンライン開催予定)

「健やかな思春期をおくるために
一こころの発達と子育てのコツ」

日 3 月 16 日(木)午後 2 時～ 3 時 30 分 対 都内在住・在勤・在学の方 講 関谷 秀子さん (精神科医／法政大学現代福祉学部教授)

※詳しくは、東京都福祉保健局ウェブサイトへ



▲東京都福祉保健局ウェブサイト

「こころの健康図書」
特設コーナー
自殺予防普及啓発月間

日 3 月 31 日(金)までの午前 10 時～午後 8 時 (月曜日と 2 月 28 日(火)～ 3 月 9 日(木) (蔵書点検)、3 月 15 日(水) (館内整理日) を除く) 会 プリモライブラリーはむら展示コーナー 内 命の大切さや心の健康、自殺予防などに関する図書 50 冊以上とポスター展示

問 健康課 (保健センター内) ☎ 625

3 月 24 日は世界結核デー

令和 3 年は東京都で 1,429 人、西多摩保健所管内では 37 人の方が結核と診断されています。結核の初期症状は、風邪とよく似ています。せきや痰が 2 週間以上続くときには、早めに医療機関を受診しましょう。

高齢の方は症状が出ないこともあるため、注意が必要です。症状がなくても、自分の健康管理のために、年に一度は健康診断などで胸部エックス線検査を受けましょう。

問 西多摩保健所感染症対策担当

☎ 0428-22-6141

「東京おこめクーポン」を
送付します

東京都では、国産の米や野菜などと引き換えできるクーポンを、住民税非課税世帯や家計急変世帯に配布します。

対 令和 4 年度住民税非課税世帯または家計急変世帯 (令和 4 年 1 月～ 12 月に予期せず収入が減少し、世帯員全員の年間収入見込額または年間所得見込額が住民税非課税相当となった世帯) ※対象世帯にクーポンを 4 月末

までに順次送付します。

※住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金 (電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付) の対象世帯が本事業の対象です。

※同封されている申込みはがきまたはクーポン記載の専用サイトから申し込んでください。

問 東京おこめクーポン事業コールセンター ☎ 03-5249-3553 (土・日曜日、祝日を含む)

「声の広報」を、月に 2 回発行しています



広報はむらの音訳 (抜粋) CD を、「声のボランティア 桑の実」に協力いただいて作成しています。視覚障害があるなど、配布を希望する方は、問い合わせてください。

問合せ 秘書広報課広報・シティプロモーション係 ☎ 338

男女共同参画に関するミニコラム Vol. 15



使いました。学校では 2002 年から「旧姓使用願」を提出すれば、給与関係以外は旧姓を使用することがで

私の名前は中山暢子です。特別支援学校で 35 年間「美術」の教師をやってきました。若い頃にはそれこそ寝る間を惜しんで、学校の仕事とともに作品の制作に明け暮れていました。30 歳を過ぎた頃に養護学校教師の職業病といわれる腰痛になり、一年間は仕事も制作も休業する事態になりました。復職後の 1992 年 3 月に同僚と結婚しました。当然結婚しても作家活動を継続するつもりでしたし、私を「中山先生」と呼ぶ生徒もたくさんいました。結婚というプライベートなことで、新しい名前を覚えてもらうつもりはありませんでした。慣れ親しんだ自分の名前にこだわりもありました。結婚の届け出で健康保険証・銀行口座その他諸々を戸籍名に変更しなければならぬことは、とても煩雑でした。できるだけ旧姓のままです。勤務校では「中山」の通称を

きるようになりました。3 人の子どもを授かりましたが、子どもたちは戸籍名を氏としています。子どもたちが混乱するかと心配しましたが、3 人とも父と自分たちは戸籍名で、母は中山ということで納得しています。退職後の 2019 年 11 月 5 日から、住民票とマイナンバーカードに旧姓が併記でき、旧姓を証明できるようになりました。以前は通称の中山を証明するのは大変で、確定申告の際には必ず「旧姓使用願」受理書のコピーを提出していました。

私は結婚と仕事 (美術家・教師) を通して、とても多くのことを体験することができました。結婚によって苗字を変えるのは女性だけのことではありませんが、苗字を変えることが、生活に多くの影響を及ぼすことは、論議されてしかるべきだと思います。結婚したら夫婦は同じ苗字になるのが当たり前、パートナーの結婚前のキャリアや名前については他人事…、ではなく、男女が共同して社会をつくっていくためには、一考を要することではないでしょうか。

状況により、施設が休館したり、事業が中止・延期になる場合があります。最新情報は市公式サイト・各施設のウェブサイトなどを確認するか、問い合わせください。

私の選択的夫婦別姓のこと

執筆：中山暢子 (なかやまのぶこ) (第 12 期羽村市男女共同参画推進会議副会長、羽村市民生委員・児童委員)

問合せ 総務課総務係 ☎ 347