こころほっとしていますか？

問 春日部市保健センター（TEL 048-736-6778）

3月は自殺対策強化月間

詳しくは▶

最近、こころや体の不調を感じていませんか。
不調が長く続き、日常生活に支障が出ている場合は要注意です。一人で悩まず専門家などに相談し、こころの負担を軽くすることが大切です。

ストレスに負けない！　こころと上手に付き合うポイント

活用してください

こころの体温を測ってみませんか？

携帯電話やパソコンを使って簡単にメンタルヘルスのチェックができるシステムです。
こころの状態が気になったらチェックしましょう
（個人情報の入力不要）

一人で悩んでいませんか？

市では、精神保健福祉士や臨床心理士によるこころの健康相談や各種相談（14面参照）を行っています。誰かに気持ちを話してみましょう。

「新生活のストレスに負けない！～メンタルケアセミナー～」を期間限定配信

3/15㈬～31㈮、かすかべ動画チャンネル（YouTube）で、プライベートや仕事に生かせるメンタルヘルス講座を配信します。ぜひ、日常生活で生かしていきましょう。

青パト活動にご協力ください

問 交通防犯課（内線2827）

青パトとは、青色回転灯を装備したパトロール車（通称：青パト車）を使用し、かつ、青色回転灯を点灯させて行う自主防犯パトロールのことをいいます。
市では、青パト車2台を防犯ボランティア団体に貸し出し、地域の自主防犯活動を行っていただいています。

青パト活動により、地域の安全・安心を図るため、皆さんのご協力をお願いします。

青パト車で防犯パトロールを行うには

自治会・防犯団体などの有志で結成する防犯ボランティア団体（所属員5人以上）として「春日部市青色回転灯車防犯パトロール推進会」（27団体）に所属して、警察官による講習を受けることが必要です。

活動内容

必ず講習を受講した人1人を含めた2人以上で、主に下記のような活動を行います。

- ▶地域住民への被害防止を目的とした声掛けや防犯指導
- ▶不審者（車）などを発見した際の警察への通報
- ▶迷子や傷病者などの救護を要する者を発見した際の一時的な保護と警察などへの通報など

活動頻度

平均して月1回以上、1日当たり3時間以内（9:00～20:00の間）。

興味・関心、不明点がある人は、交通防犯課までお問い合わせください。

活動している市民のコメント

人権それは愛

「部落差別について正しく理解しましょう」

問 総務課（内線2418）、社会教育課（内線4814）

部落差別は、日本社会の歴史的過程で作られた身分制度によって、長い間、経済的、社会的、文化的に低い状態に置かれることを強いられ、住居、職業や結婚などで差別を受ける、わが国固有の重大な人権問題です。
埼玉県において、令和4年7/8に「埼玉県部落差別の解消の推進に関する条例」が施行されました。この条例は「全ての県民が等しく基本的人権を享有するかけがえのない個人として尊重されるものである」とし、「図書、地図その他資料の公表または流布、結婚または就職に際しての身元調査、インターネットを使った情報提供その他の行為により部落差別を行ってはならない」など、部落差別の禁止や県、県民、事業者の責務を定めています。しかしながら、戸籍の不正取得による身元調査や、インターネットを使った誹謗中傷などの人権問題が後を絶ちません。
また、部落差別をいまさら取り上げる必要はなく、そっとこのまま放置しておけば時間の経過とともに自然に解消する「寝た子を起こすな」という誤った考え方では部落差別を解消することができません。
私たち一人一人が、部落差別を自分の問題として受け止め、考え、行動することが大切です。差別を決して許さないという強い気持ちを持ち、学んだことを正しく伝え、差別の無い社会の実現に向けて行動しましょう。