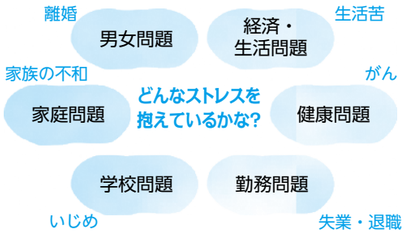
9月は自殺対策強化月間

自殺は、さまざまなストレスの積み重ねによる心の不調がきっかけとなりやすく、全国では、年間約2万人が自らの命を絶っています。まずは、あなた自身の心の状態と向き合ってみましょう。

そして、先の見えない不安や生きづらさを感じるなど、さまざまな「心の悩み」を抱えているときは、その悩みを相談してみましょう。電話相談以外に、LINEなどを使用した相談もありますので、一人で抱え込まず、気軽に利用してください。

また、あなたのすぐそばにも、生きることに悩んでいる人がいるかもしれません。心の不調は、自分では気づきにくいものです。家族や友人、職場の人などの変化に気づいたら、休養や相談を勧めてください。



[大切な人の命を救う４ステップ]

01 気づき
変化に気づいて声をかける（眠れてる？最近元気ないよね？）

02 傾聴
気持ちを尊重し耳を傾ける（否定はしない、思いを受け止める）

03 つなぎ
専門家への相談を促す（相手が信頼している人へつなぐのも有効）

04 見守り
暖かく寄り添い見守る（気にかけているというメッセージを）

主な相談先一覧 ▶

動画で学ぼう（YouTube） ▶

○お問い合わせ
保健所地域保健課
精神保健係
☎27・8557

後期高齢者医療制度　窓口での２割負担が導入されます

国保年金課高齢者医療係　☎22－7466

医療費の増大や現役世代の保険料負担を抑制するため、10月１日㈯から一定以上の所得のある方（窓口負担割合が３割の方を除く）は、窓口負担割合が１割から２割に変更となります。

今月下旬に、10月１日から使えるピンク色の被保険者証が届きますので、負担割合を確認してください。

９月30日㈮まで	
現役並み所得者	３割
一般所得者など	１割

▶

10月１日㈯から	
現役並み所得者	３割
一定以上の所得のある方	**２割**
一般所得者など	１割

★２割の対象となる方
《課税所得が28万円以上》かつ《「年金収入＋その他の合計所得金額」が200万円以上の被保険者（２人以上の場合は320万円以上）》

○２割負担となる方への負担を抑える配慮措置を実施

窓口負担割合の見直しによる急激な負担増により、必要な受診が抑制される事態が生じないようにするため、10月１日から令和７年９月30日までの３年間は、外来受診の窓口負担増加額の上限が１カ月あたり最大3,000円までとなります。上限を超えて支払った金額は、後日、高額療養費として事前に登録している口座へ払い戻されます。また、２割負担となる方で、高額療養費の口座登録がない方には、今月下旬に申請書を郵送します。

第54回いわき市民文化祭を開催

○開幕式

▶とき／ところ　10月２日㈰　10時10分～10時30分／アリオス　　市文化センター　☎22－5431

とき		内容	ところ
９／24㈯ 25㈰	９時～16時（25日は15時まで）	内郷地区展示	内郷公民館
10／２㈰	10時30分～16時	舞踊発表会	アリオス
10／９㈰	10時15分～16時	三味線、舞踊、歌謡曲合同発表会	アリオス
10／15㈯ 16㈰	９時～16時（16日は15時30分まで）	常磐地区展示	常磐公民館
10／16㈰	９時～15時	内郷地区芸能	内郷コミュニティセンター
10／22㈯ 23㈰	９時～16時	小名浜地区展示	小名浜公民館
	10時～15時	小名浜地区芸能	小名浜市民会館
10／23㈰	９時～16時	短歌大会	市文化センター
	正午～16時	三曲連盟演奏会	
10／28㈮～30㈰	９時～16時（30日は15時まで）	木彫作品展示会	市文化センター
10／29㈯	13時30分～15時30分	女声合唱	アリオス
11／３㈭	10時～12時30分	俳句大会	市文化センター
	９時30分～12時30分	四倉地区芸能	四倉公民館
11／３㈭	９時30分～13時	久之浜・大久地区芸能	久之浜第一小学校体育館
	９時30分～15時	好間地区芸能・展示	好間公民館
11／５㈯ ６㈰	13時30分～16時、18時30分～21時（６日は13時30分～16時）	演劇発表会	アリオス
11／６㈰	13時30分～15時30分	大正琴演奏会	アリオス
	９時30分～13時	久之浜・大久地区展示	久之浜・大久ふれあい館
11／12㈯ 13㈰	９時～15時	四倉地区展示	四倉公民館
11／13㈰	９時40分～15時30分	勿来地区芸能祭	勿来市民会館
11／13㈰ 14㈪	９時30分～16時（14日は15時まで）	勿来地区総合文化展	植田公民館
11／19㈯ 20㈰	10時～16時	平地区芸能・展示	アリオス
11／23㈬	13時～16時30分	アンサンブルコンサート	アリオス
11／27㈰	10時～16時	民謡発表会	アリオス

※新型コロナウイルス感染症の影響により、行事によっては中止となる場合があります。

☑スマホで健康相談
☑コロナ関連も可

「HELPO（ヘルポ）」でいつでも相談しよう！

スマート社会推進課　☎22－7473

スマホなどからいつでも医師や薬剤師等に相談ができ、症状に応じた適切な診療科などの案内をワンストップで提供する無料のアプリです。

▶**対象者**　妊娠期の方、小学生以下のお子さんがいる世帯、新型コロナウイルス感染症に感染し、自宅療養中または濃厚接触者の方、新型コロナウイルス感染症に感染しているか不安な方や医療機関の受診を迷われている方

HELPOの主な機能

オンライン健康相談
リアルタイム対応のチャット形式で24時間365日相談可能

医療機関検索
オンライン健康相談で医療機関の受診を勧められた場合、症状に応じた診療科を案内

利用方法

妊娠期の方、小学生以下のお子さんがいる方はこちら ▶

コロナ関連、その他の方はこちら ▶

市長と語る新たな取り組みが始動

市長と市民の皆さんが膝を交えて懇談し、より身近に市政を感じてもらえる機会を創出する事業として、市内13地区を巡る「市長と地域ふれあいトーク」の他、本市の未来を担う若者をはじめ、女性や移住者が中心となって活動している団体、独創的・先駆的な取り組みを行っている団体などの活動状況の視察・懇談を行う「市長と語ろう、いわきライフ」が始まりました。

市長と語ろう、いわきライフ

NPO法人 TATAKIAGEJapan

8/2 [tue.]

市長は、ＮＰＯ法人TATAKIAGEJapanの皆さんが手掛けた「浜魂（はまこん）」をはじめとする人材育成とまちづくり事業の説明を受けた他、若者の都市部への流出といった本市の課題を共有し、地域コミュニティーの在り方、若者のUターンや本市への移住促進に向けた取り組みなどについて意見交換しました。

市長と地域ふれあいトーク

田人地区

7/14 [thu.]

○中山間地域を維持する取り組みなどを視察・懇談

市長は、田人ワークキャンプ・ビレッジを視察し、田人里山再生委員会の皆さんと首都圏の方等との交流拡大や若者の定住促進、空き家の利活用などについて懇談しました。

田人支所では、田人町住民ボランティア輸送運営協議会の皆さんと住民ボランティア輸送の取り組み状況をはじめ、運行の課題や中山間地域における高齢者等の交通弱者の移動手段の確保などについて懇談しました。

三和地区

8/4 [thu.]

○地域資源を活用する取り組みなどを視察・懇談

市長は、株式会社東日本計算センターが運営する、ながとイノベーションセンターを視察し、廃校施設を利活用したロボット・ドローンの開発や市民講座の開催などの説明を受けました。

三和ふれあい館では、三和町区長会の皆さんと、地域の魅力や人口減少の現状、伝統芸能の継承などについて懇談しました。

○お問い合わせ
広報広聴課広聴係
☎22・7438

内内容　日とき　時時間　所ところ　対対象　戸募集戸数
補補助額　期申込期間・期限

お知らせ Information

いわき市民コミュニティ放送（76.2MHz）

▶市政情報番組「いわきWith」
毎週月曜日　19：00～19：30
毎週金曜日　13：00～13：30（再放送）
毎週土曜日　８：30～９：00（再放送）

▶GOOD DAY いわき プラス
月～金曜日　７：45～／12：10～（再放送）

ラジオ福島（1431KHz・90.2MHz）

市政情報番組　毎週土曜日　８：55～

市政だより

福島放送	９月10日㈯	11：40～
	10月８日㈯	11：40～
福島中央テレビ	９月17日㈯	９：25～
福島テレビ	９月18日㈰	13：55～
テレビユー福島	９月24日㈯	９：25～

ひと！まち！いわき！！

福島中央テレビ　９月24日㈯　16：55～

※変更となる場合がありますので、広報広聴課広報係（☎22－7402）へお問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。

今月の納期（納期限９月30日㈮）

国民健康保険税	第３期
後期高齢者医療保険料	第２期
介護保険料（第１号被保険者）	第３期
下水道事業受益者負担金	第２期

いわき市の人口と面積

人　口	326,356人	（－　192）
男	160,224人	（－　103）
女	166,132人	（－　89）
世帯数	141,750世帯	（＋　2）
面　積	1,232.51㎢	

令和４年８月１日現在／（前月比）

※新型コロナウイルス感染症の影響により、中止・変更となる場合がありますので、事前に各担当へお問い合わせください。

案内

令和4年就業構造基本調査に協力を

政策企画課統計分析係　☎22・7411

就業・不就業の実態を把握し、雇用や経済政策などに必要な基礎資料とするため、10月1日現在で同調査を実施します。

調査対象は、統計理論に基づき無作為に選ばれます。

９月上旬から世帯確認のため、調査員が各家庭を訪問しますので、協力をお願いします。

都市計画の変更案を縦覧

都市計画課計画係　☎22・7511

内いわき都市計画下水道を変更する案
日９月21日㈬～10月５日㈬（土・日曜日、祝日を除く）
時８時30分～17時15分
所同課

三世代の同居・近居のための住宅取得費用などを補助

住まい政策課住宅計画係　☎22－1178

子育て環境や高齢者見守りの充実などを目的に、三世代以上の世帯が同居・近居を行うための住宅の新築・取得または改修などに係る費用の一部を補助します。

対住宅取得などの契約を行い、本年度新たに祖父母（曽祖父母含む）、父母および子の三世代以上で同居・近居（おおむね２㎞以内）をする方
戸25戸程度（応募多数時抽選）
補補助対象経費の２分の１以内または基本額（50万円）と各種加算額の合計のいずれか低い額（上限110万円）
期９月12日㈪～10月31日㈪必着
※申し込み方法など詳しくは、同課へお問い合わせください。