

Information

「市民協働の指針」を策定します

社会を取り巻く環境が急激に変化し、地域課題が複雑・多様化している今、行政のみでその全ての課題を解決することは困難です。さまざまな地域課題を解決するためには、行政と市民、地域団体とがそれぞれの役割を分担しながら「協働」して取り組んでいくことが必要不可欠です。また、それぞれが一緒になって考え行動することで、地域の活性化や人と人とのつながりが生まれるなどプラスの相乗効果も期待されます。

今回、市内の協働に対する理解を図るため、協働の知識やルールをまとめた「御前崎市市民協働の指針」を策定することとなりました。9月に開催する第2回策定協議会を経て、パブリックコメント(意見公募)を実施します。たくさんのご意見をお待ちしています。詳細は市ホームページをご覧ください。



▲7月21日に開催された
第1回策定協議会の様子

パブリックコメントの期間 10月3日～11月30日

照 会 企画政策課 ☎0537⁰⁵1161

こころのストレスはありませんか

新型コロナウイルス感染症のまん延による影響を受けて、仕事や生活に不安やストレスを感じている人も少なくないと思います。ストレスを過度にためず、うまくつきあっていくためには、まずストレスの状態を知ることが大切です。「最近よく眠れない」「食事がおいしく食べられない」などと感じていませんか。そんなときは右記のサイトでストレスの状態をチェックしてみましょう。



こころのストレス度チェック
(支援情報ナビ)
二次元コード

こころのストレスを感じたら

- ・決まった時間に寝る、食べる、着替える、ストレッチをするなど、毎日の基本的な生活リズムを崩さないように心掛けましょう。
- ・情報の集めすぎはストレスになります。新しい情報に触れるのは1日2回におさえましょう。
- ・心配事や不安に思っていることを書き出してみましょう。「こころのモヤモヤ」を言葉にすることで、気持ちが少し楽になることがあります。
- ・友人や家族などの会話で気持ちを伝えてみましょう。直接会えないときは、電話、チャットなどを利用するのもよいでしょう。

それでもつらいときは誰かに相談してみましょう

相談窓口	電話番号	受付時間
御前崎市福祉課	0537-85-1121	月～金(祝日を除く。) 8:15～17:00
相談支援事業所 M ネット	0537-86-7576	月～金(祝日を除く。) 9:00～17:00
こころの電話	0538-37-5560	月～金(祝日を除く。)



照 会 福祉課 ☎0537⁰⁵1121