

# ミルクティー

のようにホッとできる地域づくりをお手伝い！

《第13号》

発行日 2010年3月

編集・発行

社会福祉法人 三田市社会福祉協議会  
(担当 地域福祉係)

住所 三田市川除 675 番地

三田市総合福祉保健センター内

TEL 559-5965 FAX 559-5945

Email chiiki@sanda-shakyo.or.jp

今回は年度末、年度初めに向けて新たに三田へ転入される方が今後の三田での生活が暮らしやすくなるように、各種相談先や、新たに地域でのつながりを作るきっかけなどを提案できるような内容になっております。

春は転居者の多い季節市の福祉サービスの相談窓口をまとめたのでご利用ください。



## お役立ち！情報コーナー

まだ慣れていない地域で、悩みごとや困りごとがあれば一層不安になってしまいます。今回の情報コーナーは新生活で必要になりそうな相談窓口を一覧にしてみました。

近隣同士がお互いの存在を知っていると、地域の中で助け合いのコミュニティが生まれ、誰もが安心して暮らせるまち作りへと発展します。転居者へ市内の相談窓口を紹介することをきっかけにして、新たな人間関係を構築する機会にご利用していただけたらと思います。

こんなとき		相談窓口	連絡先
自然災害などの避難場所や方法について知っておきたい。		三田市 防災安全課	電話 559-5057
子育て中の家庭で、日中は子どもと二人っきり、	保育所の入園相談をしたい。	三田市 こども課 子育て支援係	電話 559-5073
	子どもの心と体について相談したい。	三田市 健康増進課 保健係 (総合福祉保健センター内)	電話 559-5701
私立幼稚園・小中学校への入学、転校について相談したい。		三田市役所 学校教育課	電話 559-5136
子育ての応援をしてほしい方や、子育てに関わりこの経験を伝えたい方。		さんだ ファミリーサポートセンター	電話 559-8996
高齢になり、子ども夫婦の近所に引っ越してきたが、家族の助けの他、サービスも利用して生活していきたい。		三田市 介護保険課 介護予防係 (地域包括支援センター)	電話 559-5941 ※相談者の居住地区により適切な相談窓口を紹介。
三田をよく知るために、ボランティア活動や、地縁の活動を知りたい、やってみたい。		三田市社会福祉協議会 地域福祉係	電話 559-5965 ※相談者の居住地区により適切な相談窓口を紹介

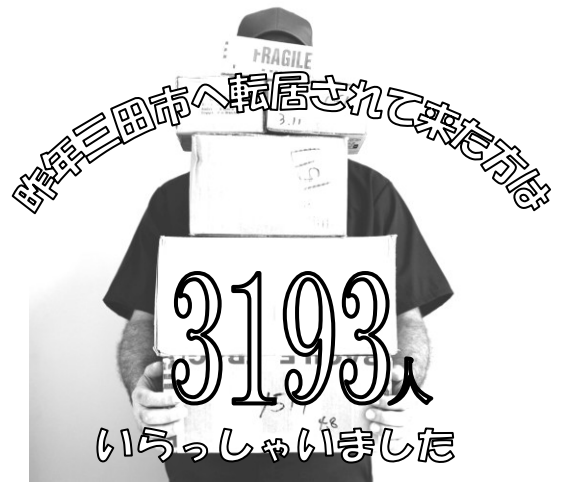
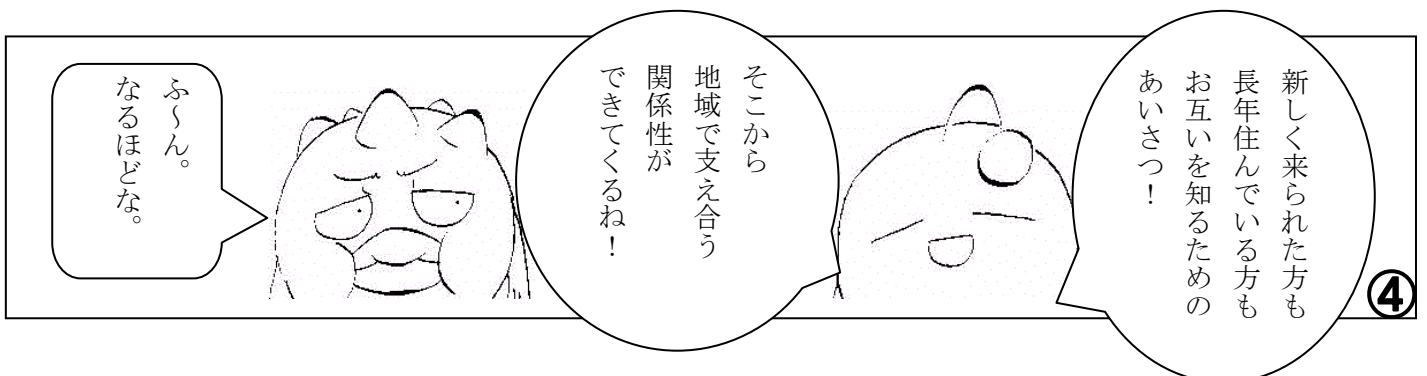


# 新しい生活環境に慣れるために...

五月病を医学的にみると、「軽症うつ病」と診断してよいケースが大部分だそうです。そして五月病の中には「引越うつ病」と呼ばれるタイプが存在するとのこと。その引越うつ病の要因は進学や就職などで引越しをし、新たな生活環境・近所づきあいなどによるストレス・不安が原因だということです。（月刊ぷち健康講座より引用）

三田市内においても毎年転入して来られる方・転出されていく方がおられます。新たな生活環境・近所づきあいに少しでも早く慣れることが大切で、地域での行事に参加することもその一つの手段ではないでしょうか？

みなさんの周りにも、このような方はおられませんか？新たに引っ越されて来た人は一言、お誘いの声を待っているのではないのでしょうか？



平成 21 年 4 月～平成 22 年 1 月までの間で、三田市より他市へ転出された方は 2,989 人。他市から三田市に転入されて来た方は 3,193 人でした。3 月、4 月は入学や就職、また転勤等で新しい出会いや別れが特に多くなる季節です。

『近所づきあい』の始まりは『あいさつ』、『声かけ』です。毎日の『あいさつ』、『声かけ』を行うことで、防犯や児童や高齢者への見守りのなどが自然と生まれてきます。

新たに転居された方に早く地域に溶け込んでもらえるよう、積極的に『あいさつ』、『声かけ』を地域みんなで行ってみたいと思います。