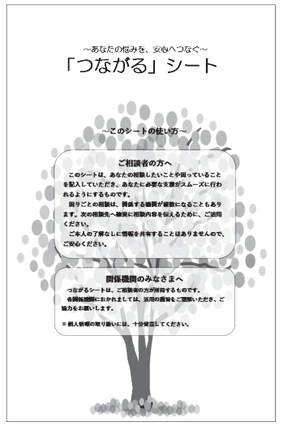
早期解決の
糸口に

使ってみませんか？「つながる」シート

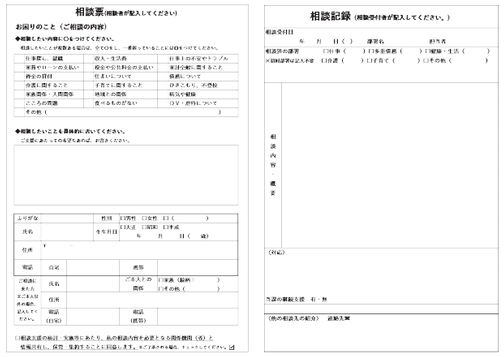


３月は自殺対策強化月間です。自殺は平均して４つ以上の原因が重なり合った末の死といわれています。市では毎年約 30 人が自殺で命を落としています。

そこで令和元年６月に「弘前市自殺対策計画」を策定し、その中で、悩みを抱える人への途切れることのない支援の実現に向けて「つながる」シートを作成しました。このシートは、相談に来た人の悩みが複数の機関に関係する場合や、悩みをうまく伝えることができない場合に、次の相談先へ確実につなげるための手段となります。このシートを活用することで、次の３つの利点があります。①次の相談先がわかり、安心してすぐに次の相談先へ行くことができる、②複数の機関との連携により、相談者の悩みが早く解決される、③同じ話をしなくても済む等の相談者自身の負担軽減になる。

誰にも相談できずに悩みを抱えている人は「つながる」シートを活用し、まずは相談してみましょう。誰かに相談することで、解決の糸口が見えてくることがあります。

シートや相談先については、市ホームページに掲載している他、各関係機関でも配布しています。


相談票（相談者が記入してください）

お困りのこと（ご相談の内容）

◆相談したい内容にＯを つけてください。

相談したいことが複数ある場合は、すべてＯを、一番困っていることに 記号をつけてください。

仕事探し、就職	借入・生活費	仕事上のトラブル	
家賃やローンの支払い	税金や公共料金の支払い	家族や親に関すること	
持ち合の日付	住まいについて	健康について	
外国に関すること	子育てに関すること	ひきこもり、不登校	
家族関係・人間関係	地域との関係	病気や障害	
こころの問題	食べるものがない	コロナ・感染について	
その他（　　）			

◆相談したいことを具体的に 書いてください。

ご記憶にあったことを思い出すように、お書きください。

ふりがな		性別　□男性　□女性　□（　　）	
氏名		生年月日	□大正　□昭和　□平成 年　月　日（　歳）
住所	〒		
電話	自宅	携帯	
心配な方	氏名	ご本人との関係	□家族（続柄：　　） □その他（　　）
本人と連絡の取れる方	住所		
	電話	電話（続柄）	

①相談支援の検討、実施等に 当たり、あの相談内容を必要となる関係機関（名）と情報共有し、保管・管理することを同意します。※どの者かを チェックしてください。は

相談記録（相談受付者が記入してください。）

相談受付日

年　月　日（　）　部署名　　担当者

相談内容の課題　□仕事（　）□生活費関係（　）□健康・生活（　）

※聞き取り記入方法　□自宅（　）□打合せ（　）□その他（　）

相談内容概要

（対応）

生活の継続支援　有・無

（他の相談先の紹介）　連絡先等

■問い合わせ先　健康増進課（☎ 37-3750）

提案や意見を
お寄せください

わたしのアイデアポスト

市民の声を聴く広聴事業の一つとして、「わたしのアイデアポスト」を設置しています。市政に関する提案や意見を多くの皆さんから伺い、市政の発展に結び付けていきますので、皆さんの声をぜひお寄せください。

郵送やファクスでも受け付けています。提案とともに、住所・氏名・年齢・電話番号・回答が必要な場合はその旨を記入し、「わたしのアイデアポスト」と明記の上、広聴広報課広聴広報係（〒 036-8551、上白銀町１の１、ファクス 35-0080）までお寄せください。

また、市ホームページ上の「WEB 版・わたしのアイデアポスト」もご利用ください。

▼**設置場所**　市役所総合案内（本館フロア案内）、岩木総合支所総務課（賀田１丁目）、相馬総合支所民生課（五所字野沢）、市民課駅前分室（駅前町、ヒロロ３階）、市民課城東分室（末広４丁目、総合学習センター１階）、各出張所

■**問い合わせ先**　広聴広報課（市役所２階、☎ 35-1194）

今年度最後の
試験放送です

防災行政無線によるＪアラートの試験放送を行います

地震や武力攻撃などの発生に備え、情報伝達試験を全国一斉で行います。当市では防災行政無線から試験放送が流れます。

※今年度は計４回の試験が予定されており、今回は４回目です。

▼**とき**　２月 19 日（水）、午前 11 時ごろ

※気象状況等によっては中止することがあります。

※なお、防災行政無線の内容を確認する場合は、無料のテレフォンサービス（☎ 40-7110）をご活用ください。

■**問い合わせ先**　防災課（☎ 40-7100）

広告を
掲載しませんか

市ホームページのバナー広告と広報ひろさきに掲載する有料広告を募集しています

【市ホームページ　バナー広告】

市のホームページに掲載するバナー広告を募集しています。

▼**掲載位置**　各ページの最下段

▼**掲載料**　トップページ＝１月当たり１枠１万円（１年間継続の申し込みで１枠 10 万円）／トップページ以外＝１月当たり１枠 3,000 円（１年間継続の申し込みで１枠３万円）

▼**掲載期間**　広告の掲載期間は１カ月単位。また、連続して掲載できる期間は最大 12 カ月です。

▼**バナーの規格**　大きさ：縦 50 ピクセル、横 170 ピクセル／形式：GIF、JPEG、PNG ／容量：10 キロバイト以下

▼**申込期限**　掲載開始月の前月の 10 日

※掲載を希望する人は必ず市ホームページをご確認ください。

【広報ひろさき　有料広告】

広報ひろさきに掲載する有料広告を募集しています。掲載できる広告は、広報誌の性格上、その品位を妨げず、かつ市民に不利益を与えない中立性のあるものなど、いくつかの条件があります。詳しくは市ホームページでご確認ください。

▼**掲載位置（１日号、15 日号共通）**　最終ページ全面、半面または最終ページおよびお知らせページの最下段

▼**掲載枠・掲載料**　下表のとおり

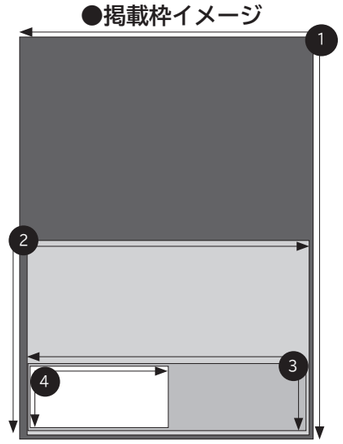
▼**申込期限**　掲載を希望する号のおおむね 40 日前

※掲載を希望する人は必ず市ホームページをご確認ください。

■**問い合わせ・申込先**　広聴広報課広聴広報係（市役所２階、☎ 35-1194）

●広報ひろさき掲載枠・掲載料

掲載枠	規格（縦×横）	１回の掲載料			
		お知らせページ		最終ページ	
❶全　　枠	252㎜×170㎜以内	―	―	１日号	30 万円
				15 日号	20 万円
❷２分の１枠	126㎜×170㎜以内	―	―	１日号	15 万円
				15 日号	10 万円
❸５分の１枠	45㎜×170㎜以内	１日号	６万円	１日号	９万円
		15 日号	４万円	15 日号	６万円
❹10 分の1枠	45㎜ × 85㎜以内	１日号	３万円	―	―
		15 日号	２万円	―	―

※１日号は全ページカラー、15 日号は全ページ白黒。（消費税および地方消費税を含む）

●掲載枠イメージ