

## 3月は自殺対策強化月間です

▷問い合わせ先＝地域福祉課障害福祉係(☎内線183)

国では、月別自殺者数の多い3月を「自殺対策強化月間」として、自殺対策の啓発事業を集中的に実施しています。

自殺は、何か一つだけの要因で起きるのではなく、さまざまな要因が絡み合うことで危険性が高くなるものであり、その心理状態は、視野が狭くなり「死」以外の解決法が見いだせない状態であるといわれます。

自殺は個人的な問題ではなく、社会的に取り組むことで「避けられる死」です。

地域全体で、自殺予防に取り組みましょう。

### ■命の門番「ゲートキーパー」

「ゲートキーパー」とは、悩んでいる人に気付き、声を掛け、話を聴き、必要な支援につなげ、見守る人のことです。

ゲートキーパーには、誰もがなることができ、身近にこのような役割をする人がいることは、悩んでいる人の孤立を防ぎ、安心を与えることができます。

### ■いつもの様子の違いに気付きましょう

何かいつもと様子が違うと感じたら、それは助けを求めるサインかもしれません。

- ・「眠れなくて辛い」など身体の不調を訴える
- ・突然電話をかけて相手のことを気遣うが、自分のことは言わない
- ・約束を突然キャンセルする
- ・お酒の量が増えている など

### ■声掛けのポイント

悩んでいる人は、さまざまな不安や心配から、悩みを一人で抱え込んでしまうことがあります。

また、孤独感や絶望感により、自分から声が掛けられなくなってしまう場合があります。

いつもと様子が違うと気付いたら、勇気を出して声を掛けてみませんか。



### ■話を聴くポイント

「話を聴くだけでは何にもならない」と感じる人もいると思いますが、傾聴は、悩みを抱えている人にとって大きな支援となります。

気持ちを否定されず、責められず、話を受け止めてくれ、辛さを理解してくれる人の存在は、大きな力になります。



### ■つなぎ・見守りのポイントと相談機関

見守りをする人は、「自分だけでがんばらなければ」と思わずに、さまざまな支援機関と協力して見守ることが問題解決につながります。

市内および県内には、次の相談機関がありますので、ぜひ利用ください。

## 市内・県内の相談機関

相談先	電話番号および受付時間
大船渡市役所地域福祉課	☎0111(内線183・187) 月～金曜日 8:30～17:15
岩手県大船渡保健所	☎019922 月～金曜日 9:00～16:30
障がい者・児童相談支援センター内地域活動支援センター星雲 相談室	☎01305 月～土曜日9:00～18:00 ※土曜日は17:00まで
岩手県精神保健福祉センターこころの電話相談	☎019-622-6955 月～金曜日 9:00～21:00
盛岡いのちの電話	☎019-654-7575 月～日曜日12:00～21:00 ※日曜は18:00まで

## 『岩手県自殺予防宣言』

### みんなでつなごう

### いのちとこころの絆

# 消費生活情報

130

## 賃貸住宅の退去トラブルを防ぐには

3月から4月は、就職や就学など、賃貸住宅の入退去が多くなる時期です。

賃貸住宅を退去する際に、家主や仲介業者から、ハウスクリーニングやクロスを替えるための原状回復費用として敷金が返金されない、敷金を上回る金額を請求されたという相談が、全国の消費生活センターに寄せられています。

本号では、退去する際のトラブルを防ぐための注意点をお知らせします。

### ■ひとことアドバイス

国土交通省の「原状回復をめぐるトラブルとガイドライン」には、通常使用による破損や、経年劣化によるものは家主の負担とされています。また、通常の使用方法を超える使い方によって生じたものは、借主(入居者)の負担とされています。

退去時のトラブルを防ぐためにも、入居前に傷や汚れがないか確認しましょう。

入退去時は、できる限り家主側と一緒に部屋の現状を確認しましょう。確認した内容をメモに残したり、修繕が必要と思われる箇所は写真を撮るなど、証拠となる記録を残しましょう。

### ■トラブルを防ぐためには

- ◎修繕費を請求された場合、内容をよく確認し、納得できない点は家主側に十分な説明を求めましょう。
- ◎ハウスクリーニングは借主負担とするなどの特約は、原則として有効となるため、契約前に契約書をよく読み、退去時の特約などを確認しておきましょう。
- ◎請求金額に異議がある場合には、「話し合い」で精算金額を決めますが、決まらないう場合は、「調停」や「裁判」で判断してもらいます。

令和2年4月1日から、民法の一部を改正する法律が施行され、契約に関するルールが変わります。詳細は、法務省ホームページをご覧ください。

▽問い合わせ先  
消費生活センター  
(☎内線134)

【出典】(独)国民生活センター「報道発表資料」より 【法務省ホームページ】<http://www.moj.go.jp/>

## 相談事例

- ①アパートの退去時に、管理会社からクリーニング代や修繕費を請求された。
- ②アパートの退去時に、敷金を半額返金すると聞いていたが、清掃費が追加されて返金されないという通知が届いた。
- ③ペット可のマンションを退去後、高額な原状回復費用を請求された。
- ④マンションの退去時に、立ち合いで壁紙やクロスなどの原状回復費用を請求された。

## 宝くじの助成金で 備品を整備しました

大船渡地区消防組合本部および吉浜鎧剣舞保存会は、宝くじの助成金で次のとおり備品を整備しました。

市内では、これまでに52団体が宝くじの助成を受けています。

### ■大船渡地区消防組合本部

煙体験用資機材(ポータースモーク)を整備しました。

これは、人体に無害な煙を発生させる装置で、防災意識の高揚を図るため、防災訓練などで活用していきます。



### ■吉浜鎧剣舞保存会

吉浜鎧剣舞の装束を整備しました。

### ■宝くじ助成とは

(一財)自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源としたコミュニティ助成事業を実施し、コミュニティ活動備品整備や共生のまちづくりなどに対して助成しています。

詳しくは、問い合わせください。

▷問い合わせ先＝市民協働準備室(☎内線296)

