

このコーナーは、市民の皆さんからの  
 にお便りにお答えする「つながる」掲示板です。  
 広報ながさきの感想やまちづくりに関するご意見を  
 プレゼントクイズのコーナーにお寄せください。  
 掲載されたかたには、図書カードをプレゼントします。



団地の街路灯をもう少し増やしてほしいです。

(高城台1丁目・50代のかた)



街路灯の設置は、自治会からの要望に基づいて行っています。

街路灯の設置については、お住まいの地域の自治会長にご相談ください。

毎年6月中旬頃まで、自治会長に地域内で街路灯の設置を要望する場所をまとめて、要望書を提出していただいています。

自治会からの要望書を受けて、必要に応じて自治会や近隣のかたとともに現地確認などを行いながら、具体的な設置場所などの調整を行います。

自治会は、街路灯の設置以外にもさまざまなまちづくりの取り組みを行っています。自治会の活動へのご理解とご協力をよろしく願います。

(土木建設課 ☎829-1166)



今月のプレゼント

今月にご覧の商品をプレゼント!!

クイズ

春が旬の「マダイ」の別名は？

(ヒントはP13)

答え  
 ○鯛

市役所ノベルティセット

10名様にプレゼント

丈夫で使いやすい yoriyori バッグと一緒に、特集でも紹介した遠藤周作生誕 100 年記念日めくり万年カレンダーと市の子育てマスコットキャラクター「イーカオちゃん」のシールをお届けします。



応募方法

①〇に入る答え ②住所 ③氏名 ④年齢  
 ⑤電話番号 ⑥興味を持ったコーナー名 ⑦広報ながさきの感想やまちづくり全般の意見を、市ホームページかはがきで。(3月31日締切)

【市ホームページ】トップページ「市民参加」の「プレゼントクイズ」  
 【はがき】〒850-8685 (住所は記載不要) 長崎市役所「広報ながさき」プレゼント係



発表はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます。お便りは、広報紙などで紹介する場合があります。

1月号には597通のお便りをいただきました。ありがとうございました。

最近、近所に住んでいる親戚が元気がなく悩んでいるように見えて、気になっています。  
(矢上町・30代のかた)

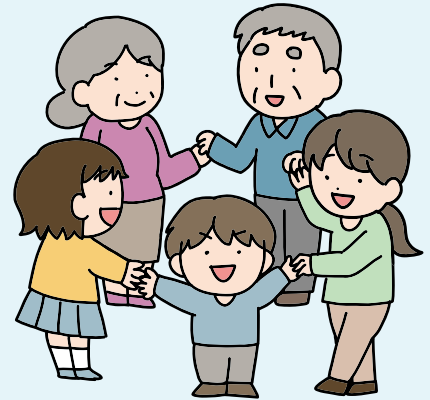


周りで悩んでいる人がいたら、優しく声を掛けてあげてください。

もし、身近な人や大切な人が落ち込んでいたらとても心配になりますよね。

そんな時は、勇気を出してまずは優しく声を掛けることから始めてみてはどうでしょうか。声を掛け合うことで、不安や悩みを少しでも和らげることができるかもしれません。

次の4つの項目を心掛けて、まずは相手の話をゆっくり聞いてあげてください。  
(地域保健課 ☎829-1311)



### 1 変化に気付く

発言や行動、体調の変化など「いつもと違う変化」に気付き、「眠れていますか？」など声を掛けましょう。

### 3 支援先につなげる

こころの病気や社会・経済的な問題を抱えているようであれば、専門の窓口（下図参照）につなげましょう。また、プライバシーに配慮した上で、本人の置かれている状況や気持ちを理解してくれる家族、友人などへ協力を求め、連携をとりましょう。

相談機関	電話番号	受付時間
地域保健課	829-1311	平日 8:45 ~ 17:30
長崎いのちの電話	842-4343	年中無休 9:00 ~ 22:00 ※第1・3㊥は 9:00 から 24時間
県長崎こども・女性・障害者支援センター	846-5115	平日 9:00 ~ 17:45

### 2 じっくりと耳を傾ける

「話を聞くことは、悩みを抱える人への最大の支援」とも言われます。判断や批判、表面的な励ましなどはせず、つらい気持ちをありのまま聞くことが大切です。

### 4 温かく見守る

見守る人がいることは、孤立を防ぎ、安心感を与えます。「つらくなったら相談してほしい」といった姿勢で、独りではないことを伝えていくことは、大きな支えとなります。

<SNS相談窓口もご利用ください>

①県「こころとこころのほっと  
ライン@ながさき」

①



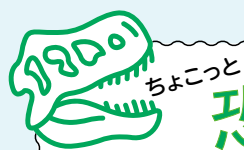
②



②厚生労働省「まもろうよ ところ」

## 編集こぼれ話

1月、強い寒波が久しぶりに長崎へ。道行く人が雪道で、滑らないようにヨチヨチ歩く姿が印象的でした。水道管凍結や公共交通機関の乱れなど影響がありましたが、皆さんの生活に影響はありませんでしたか？



## 恐竜図鑑

『ドードー』



17世紀までインド洋のモーリシャス島に生息していた鳥類です。ルイス・キャロルの「不思議の国のアリス」に登場するため、欧米を中心に知名度が高く、人為的な活動で絶滅した鳥類としても有名です。日本では出島に来ていたことが分かっていますが、その後の消息は分かっていません。



学芸員  
中谷 大輔さん

問い合わせ

恐竜博物館  
☎898-8000