

## 私たちにできる「自死」の防止について ～身近に悩みを抱えている人はいませんか～

新聞報道等においては、長く続く新型コロナウイルス感染症の影響で社会情勢が変化し、変わっていく生活環境や生活困窮等によりストレスや不安を抱える要因となり、自殺者数が増加傾向であると報じられています。

このような状況の中、私たちには身近でできることがあります。それは、一人ひとりが「ゲートキーパー」になることです。ゲートキーパーとは、自死の危険を示すサインに気づき、適切な対応(悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る)をすることができる人のことです。悩んでいる人に寄り添い、関わりを通して「孤立・孤独」を防ぎ、支援することで自死を防ぐことができるかもしれません。

そのためには、一人でも多くの方が、ゲートキーパーとしての意識をもち、専門的な知識がなくても、それぞれの立場でできることから進んで行動を起こしていくことが大切です。

新型コロナウイルス感染症の収束の兆しが見えない今だからこそ、一人ひとりがお互いを思いやる気持ちをもって行動することが、何よりも大事なのではないのでしょうか。まずは身近にいる人の変化に気づき、支えあっていく社会をみんなで目指していきましょう。

問合せ 教育文化振興課 ☎991-1873 企画財政課 ☎991-1815

### 町長コラム

#### 命に感謝し賞味期限の近いものを選ぶ ～SDGsのために～



鈴木 勝

私が学生時代にレストランでアルバイトをした時、「先入れ先出し」という言葉を学んだ。“先に仕入れた物を先に消費する”という無駄を出さないための当たり前の話である。

先日「13歳からのSDGs」という本を読み、私の食品購入方法の考え方を一変させるほどの衝撃を受けた。スーパーでは基本的に3分の1ルールというものがあり、賞味期限から3分の1を経過したものは出荷しない、販売しないと聞いたことがある。毎日、日本人1人1個分のおにぎりの重さと同程度の食品が廃棄されているとテレビ等で放送されていた。年間で6万トンもの食品が廃棄処分となっているというのだ。

賞味期限は「美味しく食べられる期限」というが、同じ食品でも賞味期限の長いものを購入するということは、今すぐに食べないということだと考えられる。生産者は、美味しく食べてもらうことを前提に心を込めて出荷するが、賞味期限の長いものを選んで私たち消費者の中には、買ったまま冷蔵庫に入れて忘れてしまい、そのまま賞味期限が過ぎて捨ててしまうという人も少なくないだろう。

私たちは植物や動物の命をいただいて生活している。無駄にすることは許されない。命を無駄にしないよう賞味期限の近いものから購入し、感謝して美味しくいただくことが持続可能な社会につながると思う。

### 消費生活情報

#### クレジットカード利用 に毎月手数料が！ －初期設定がリボルビング 払いだった－

問合せ 松伏町消費生活センター  
(環境経済課内) ☎991-1854

#### 事例1

買い物先でクレジットカードを作るよう勧められた。申込みに利用限度額の確認はしたが、支払方法は見ていなかった。カード明細を見て手数料がとられるリボ払いだと気が付いた。

#### 事例2

ネット通販でクレジットカードを利用していた。毎月請求が3万円位なので気にせず買っていたら、カード明細に支払残高が100万円となっていたのに気が付いた。リボ払いに設定されていた。

※リボルビング払いとは、あらかじめクレジットカードの月々の支払額を設定した支払方法です。買い物を重ねても支払額が一定である一方、毎月手数料や利子がかかり、残高が分かりにくく、支払いが長期化するなど注意が必要です。

#### アドバイス

- ①クレジットカードを申し込む際は、リボ払い専用のカードや初期設定で支払方法がリボ払いになっている場合があるので確認が必要です。
- ②必ず毎月、利用明細を確認し、不明な点は、すぐにカード会社に問い合わせましょう。

不安に思ったとき、また被害を受けた場合は消費生活センター(局番なしの188又は☎991-1854)にご相談ください。