

お知らせ

3月は自殺対策強化月間です

自殺の多くは「追い詰められた末の死」であり、身近な問題です。苦しいときは思い切って相談してみてください。

また、長崎県では「こころとこころのほっとライン@ながさき」として、SNSでの相談窓口を開設しています。LINE登録を行い、ご相談ください。秘密厳守ですので、ご安心ください。



LINE登録はこちら！

長崎県以外のSNSで相談をご検討されている場合は「厚生労働省 SNS相談」で検索をお願いします。

自殺はその多くが防ぐことができる社会的な問題です。自殺の危険を示すサインに気づき、声をかけ、話に耳を傾け、必要な支援につなげ、見守る人のことを「ゲートキーパー」と呼んでいます。ゲートキーパーには資格が必要なく、誰でもなることができます。もし、いつも顔を合わせる人が、最近元気がないなど、いつもと違ったら、まずは勇気をもって「どうしたの？」と声をかけてみませんか。

●問い合わせ

- こころの健康相談統一ダイヤル

☎0570(064)556

【9:00～17:45、18:30～22:30
(土・日・祝日は定休日)】

- よりそいホットライン

☎0120(279)338

【24時間対応・フリーダイヤル】

※Faxによる相談：03(3868)3811

- 対馬保健所

☎0920(52)0166

【9:00～17:45(土・日・祝日は閉庁日)】

令和6年度 男女共同参画週間 キャッチフレーズ

だれもがどれも 選べる社会に

対馬市男女共同参画推進懇話会

令和6年分 確定申告納付の期限などのお知らせ

●納付期限

税 目	納付の期限	口座振替日(振替納税)
申告所得税および復興特別所得税	令和7年 3月17日(月)	令和7年 4月23日(水)
消費税および地方消費税(個人事業者)	令和7年 3月31日(月)	令和7年 4月30日(水)

●納付は納付書のいらない簡単・便利な振替納税をご利用ください！

振替納税のメリット

- ①初回のみ「振替依頼書」を

提出するだけで、毎年継続して利用可能！

- ②振替日にご指定の預貯金口座から自動で引き落とし！

●ご利用方法

提出物 預貯金口座振替依頼書兼納付書送付依頼書(振替依頼書)

提出方法 オンライン(e-Tax)で所轄の税務署へ提出または書面で所轄の税務署・金融機関へ提出

提出期限 申告所得税および復興特別所得税

→令和7年3月17日(月)

消費税および地方消費税(個人事業者)

→令和7年3月31日(月)



振替納税について→



オンライン(e-Tax)での提出方法について→



●問い合わせ

厳原税務署

☎0920(52)0645

被爆者定期健康診断を実施します

長崎県が定期健康診断の日時と場所を定めて、年に2回封書で案内します。

- 対象者 被爆者健康手帳所持者および第一種健康診断受診者証所持者

- と き 上半期：5月1日(木)～7月31日(木)
下半期：10月1日(水)～12月26日(金)

- 問い合わせ 長崎県原爆被爆者援護課
☎095(895)2475

募 集

長崎県上対馬病院職員(一般事務・高卒程度)

- 第1次試験日 4月27日(日)
- 受付期限 3月31日(月)
- 受験資格 平成4年4月2日から平成20年4月1日までに生まれた方で、高等学校卒業以上の学歴を有する方または令和8年3月までに卒業見込みの方
- 採用予定数 1人
- 採用予定日 令和8年4月1日付
- 問い合わせ 長崎県上対馬病院 総務係
☎0920(86)4321

ヤマネコ目撃情報募集中

皆さんからの目撃情報をもとに、ツシマヤマネコの交通事故対策に取り組んでいます。

対馬野生生物保護センター
(ヤマネコセンター)

「はよ、ここ 鳴らせ 鳴らせ!」

0920-84-5577 ※24時間対応

耳の後ろに
白い斑点があります。



だまされないで!「私は大丈夫」は危険です!

県内では、料金の支払いを巡る架空の請求(架空料金請求詐欺)や保険料などの還付金の返還を口実(還付金詐欺)とする二重電話詐欺が急増しています。

だまされないポイント

◎架空料金請求詐欺

- 身に覚えのない料金請求のメールには安易に連絡しない。
- 不要なメールが届かないように受信拒否設定をする。

◎還付金詐欺

- ATMで医療費や年金の払戻し手続きをすることはありません。
- 会話内容を自動録音する迷惑電話防止機能付き電話機を活用する。



問い合わせ 対馬南警察署 ☎0920(52)0110
対馬北警察署 ☎0920(84)2110

相 談

ハローワークin 上対馬地域

相談無料

ハローワークが再就職のお手伝い!!

- と き 4月8日(火)・22日(火)
10:30~15:00
- と ころ 上県行政サービスセンター
- 問い合わせ
ハローワークつしま職業紹介部門
☎0920(52)8609
※オンラインでの職業相談も可能です。
事前予約が必要です。



こころに関する相談会(精神科嘱託医師相談)

相談無料・要予約

不安やイライラが強く眠れない、やる気が出ない、アルコールやギャンブルをやめたくてもやめられない、ひきこもりなど、こころの健康に関する相談を実施します。また、思春期のこころの悩み、身体の悩みについての相談も受け付けています。当日は、ご家族の方でも精神科医に相談できます。プライバシーは守られますので、まずはお電話ください。

- と き 3月26日(水) 15:00~17:00
- と ころ 対馬保健所
- 申込期限 3月24日(月)
- そ の 他 保健所職員(保健師など)による相談も随時(平日9:00~17:45)行っています。
- 問い合わせ(予約先)
対馬保健所 企画保健課 ☎0920(52)0166

交通安全協会へのご理解・ご協力を!

交通安全協会は、地域から交通事故をなくし、明るい社会を作り上げるために組織された団体です。毎年、入学児童にランドセルカバーおよび反射材を、幼稚園児や保育園児には、信号ワッペンを贈呈するとともに、通学時の街頭指導など交通事故防止の活動を行っています。

運転免許証取得者の
任意のご加入をお願い
します。



問い合わせ

(一社)対馬地区交通安全協会 ☎0920(52)5541
対馬北地区交通安全協会 ☎0920(84)2905