



お知らせ

めぐろ買い物ルール 参加店の紹介

めぐろ買い物ルールは、ごみを作り出さない賢い買い物に区民・事業者・区が取り組む区内共通のルールです。めぐろ買い物ルール参加店を上手に利用し、愛用していた服や雑貨をリユース・リペアしてみませんか。



服や雑貨をリユース

BOOKOFF(ブックオフ)・BINGO(ビンゴ)

Rehello by BOOKOFF(リハロバイブックオフ)中目黒店

場 東山1-5-9など区内5店舗

取り組み

着なくなった服などの買い取りとリユース品の販売



「リユース=社会貢献」

当店は、皆さまが使わなくなった品物を必要とするかたへつなぎ、モノの寿命を延ばし捨てるモノを減らす取り組みを行っています。捨ててしまう前にぜひお持ちください。

Rehello by
BOOKOFF
中目黒店店長
小笠原さん



本などファッション以外の品物もリユースできます。



眼鏡や時計をリペア

白光堂 場 上目黒2-16-13

取り組み

- ・長持ちさせる使い方、手入れの仕方の説明
- ・修理、点検サービス
- ・不要な眼鏡の回収、ボタン電池の回収、眼鏡ネジのリユース
- ・福井県鯖江製眼鏡フレームの残った部品で作られたアクセサリーの販売



愛着のある眼鏡や時計を、修理しながら長く使うことができるようお手伝いします。環境保全と再資源化のため、製品の回収やリユースにも取り組んでいます。

(有)白光堂
代表
熊上さん



めぐろ買い物ルール参加店として環境にやさしい取り組みを行う店舗は他にもあります。店舗一覧、取り組みの内容は区Webで紹介しています。



まだつかえる!



問 清掃リサイクル課計画普及係 (☎ 5722-9883、FAX 5722-9573)

講座・催し



3月は東京都自殺対策 強化月間

令和6年の児童生徒の自殺者数は全国で529人と過去最多を記録しています。10代の死因第1位が自殺なのは、主要先進国では日本だけです。

自殺の背景には、健康問題、経済・生活問題、勤務問題など、さまざまな要因が複雑に関わっています。区では相談窓口のほか、悩みを抱えるかた・支援するかたの講座などを実施します。

ゲートキーパー養成講座

● 対面講座

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげる見守る人のことです。特別な資格は必要ありません。声のかけ方、傾聴のポイントを学びます。講座の内容にはロールプレー(模擬実習)が含まれる場合があります。



時 3月16日(月) 14:00~16:00

場 大会議室(総合庁舎本館2階)

師 NPO法人メンタルケア協議会精神保健福祉士 西村由紀氏など

対 区内在住・在勤・在学者

定 100人(先着)

申 2月16日~3月6日に、区Web/電話



● 動画配信

NPO法人OVAによる講座「悩んでいる人にどう気づき、かかわるか」を公開しています。ゲートキーパーの基礎知識のほか、ストレス対処方法も学べる動画です。



自殺対策パネル展

心の相談窓口や自殺予防のためのリーフレットなどを配布します。

時 2月27日(金) 16:00~3月6日(金) 16:00

場 西口ロビー(総合庁舎本館1階)

問 先健康推進課健康づくり係 (☎ 5722-9584、FAX 5722-9329)

悩んでいる人も、身近にいるあなたも、ご相談ください

一人で抱えこまず、ぜひご相談ください。

また、身近な人がいつもと様子が違うと気がついたら、声をかけてください。必要な時は、専門機関などの相談窓口にご相談ください。

● 区の相談窓口

保健師が心と体の健康相談などを受け付けています。医師による相談日もあります。

時 月~金曜日8:30~17:00(祝・休日、年末年始を除く)

場 地域保健課保健相談係 (☎ 5722-9504、FAX 5722-9508)



SNSでの
相談もあります

● 都・厚生労働省の相談窓口

東京都こころといのちのほっとナビ「ここナビ」

心の健康チェックや、抱えている困り事や悩みを相談できる窓口を案内しています。

相談ほっとLINE@東京

LINEからチャットで相談できます。時 毎日15:00~22:30

まもろうよこころ

電話やSNSで悩みを相談できる窓口や、厚生労働省の自殺対策の取り組みについて紹介しています。

働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト

「こころの耳」

職場の悩みで精神的につらい時に役立つコンテンツや相談先を紹介しています。

