

ご相談ください～CONSULTING SERVICE相談窓口～

ふれあい福祉相談

場所 ふくしの駅（中央3-13-5）

問い合わせ ふれあい福祉相談センター

☎22-8986 ※祝日は休みです。

相談内容	日	時間帯
一般相談 (どんな相談でも)	毎週月～金曜	8:30～17:00
ボランティア相談 (活動希望・援助依頼等)		
自立支援・家計相談		
税金相談	毎月第1金曜	10:00～15:00
◇不動産相談	毎月第3水曜	
障害児者相談	毎月第3木曜	
保険・年金相談	毎月第4水曜	
女性相談	毎月第4金曜	
*法律相談	毎月第2金曜	

専門相談については予約制。電話による相談も可。

◇偶数月は司法書士が応相談

*法律相談は、月初めから受付
無料での相談は一人1回です。

いのちのホットライン竹原

場所 ふれあい館ひろしま（中央2-4-3）

※3月10日（日）、24日（日）は休館

問い合わせ

いのちのホットライン竹原 ☎22-9102

人権相談

差別、いじめ、嫌がらせ等、人権に関する相談を受け付けます。

日時 3月13日（水）9時～12時

※通常は第3水曜日に実施していますが、祝日のため変更しています。

場所 人権センター

問い合わせ 東広島竹原人権擁護委員協議会

☎082-423-7752

高齢者総合相談

日時 月～金曜日 8時30分～17時

※上記以外は転送電話にて対応します。

場所 ふくしの駅

問い合わせ 地域包括支援センター ☎22-5494

障害者虐待防止相談

日時 平日8時30分～17時15分

場所 ふくしの駅（中央3-13-5）

問い合わせ

竹原市障害者虐待防止センター ☎24-6007

出張年金相談

日時 毎月第2水曜日 10時～15時30分

場所 人権センター1階会議室

※相談は予約制です。

※前々日の正午までに要申込

申し込み・問い合わせ

呉年金事務所 ☎0823-22-1691

県民相談

交通事故に関する相談、相続や離婚など家族に関する相談、近隣トラブル相談などを受け付けます。

日時 月～金曜日（祝日・年末年始を除く）9時～17時

場所 県庁農林庁舎1階（広島市中区基町10番52号）

問い合わせ 広島県生活センター ☎082-223-8811

行政相談 国の行政への苦情や相談を受け付けます。

問い合わせ 入駒 智子（忠海東町） ☎26-0235

山崎 繁雄（竹原町） ☎22-0438

公証相談（公正証書による遺言・任意後見契約等の作成）

日時 月～金曜日（祝日、年末年始を除く）

8時30分～12時、13時～17時15分

場所 東広島公証役場

（東広島市西条西本町28-6サンスクエア東広島4階）

※相談は予約制です。

問い合わせ 東広島公証役場 ☎082-422-3733

悪質な保険金申請サポート業者に注意！

相談事例

業者から、自宅の外壁の剥がれや基礎のひび割れを指摘され、地震が起こると危ないと言われた。加えて契約している火災保険で自己負担なく直すことができるので申請をサポートすると言われたため、申込書にサインした。しかし知人から、全てが保険金で賄えないかもしれないと聞き、業者に一旦断わりを申し出たいが、申込書には、キャンセルの場合に30%の違約金が必要との記載がある。

悪質な保険金申請サポート業者による勧誘トラブルが増えています

事例のような保険金申請サポート契約そのものは違法ではありませんが、「ウソの理由で請求

を勧める」、「解約する場合も高額な違約金が必要」というようなケースが増えています。例えば老朽化による住宅の損傷は、自然災害によるものではないため保険金の支払対象とはなりません。

保険金の請求は加入者自身で行うことが基本です

契約にあたり、まずは火災保険の書類を確認し、わからないことは加入保険会社にたずねてみましょう。保険が支払われるかどうかは個々の契約内容によります。勧誘されてもすぐに契約しないようにしましょう。なお、訪問販売や電話勧誘販売で契約した場合には、一定期間内であればクーリング・オフできる場合があります。おかしいな、困ったなと思ったら、ご相談ください。

問い合わせ 消費生活相談室 ☎22-6965

3月は「自殺対策強化月間」です

コロナ禍以降、自殺者数は増加し、今もなお高止まりの状況が続いています。不安や悩みを抱えている場合は、一人で悩まず、まずは相談してください。

こんな症状はありませんか

- 何事にも興味がわかず楽しくない
- 疲れやすい、元気がでない
- なかなか寝付けず、朝早く目が覚める
- 食欲がなくなる
- 人に会いたくなくなる
- 心配事が頭から離れない
- 自分を責め、自分は価値がないと感じる
- 息苦しい、めまいがする
- 体がだるく疲れが取れない

こころの不調を感じたら1人で悩まず相談を
ストレスが重なっている時や、物事が思い通りに進まない時などは、誰でもこころの健康を崩すことがあります。身近な人などに悩みを聞いてもらうことで、張り詰めたこころを緩めることもできます。

【相談窓口】

いのちのホットライン竹原 ☎22-9102
場所 ふれあい館ひろしま（中央2-4-3）
時間 9時～18時
※休館日 3月10日（日）、24日（日）

●周囲の方へ

相談を受けたら、本人の気持ちを尊重し、否定せずそのまま受け止め、相手が黙りこんだ時もじっくり待ちましょう。

問い合わせ 保健センター ☎22-7157
広島県西部東保健所保健課
☎082-422-6911

きんさい！まちの保健室

自分の健康のこと、家族の健康のことなどについてご相談ください。もの忘れ相談プログラムを使用した認知症相談も実施しています。

日時 3月26日（火） 9時30分～11時30分 場所 市役所1階 ロビー

今月のテーマ 「お薬のこと…何でも相談」 ～お薬、正しく飲めていますか？～

※薬の相談は、薬剤師が相談をお受けしますので、「お薬手帳」を持参してください。

問い合わせ 健康福祉課介護福祉係 ☎22-7743



「介護予防自主グループ」を紹介します！

今回は、忠海の堀越地区で、昔からの顔馴染みのメンバーが集まり体操をしている「はつらつ堀越」を紹介します。

「家にいるよりここに来て話をするほうが楽しい。近所でやっているから馴染みの人もいて、話はずむ。」「体操の日を忘れていても、リーダーが声をかけてくれるから続けることができている。」など、体操だけでなく、家から出ることが、日常の刺激と楽しみになっているそうです。

参加者の中には地区外から自転車で来る人もおり、「当初は坂を登るのも息切れしていたけど、体操を続けた今は平気になった。」と、体操の効果を感じられています。

「はつらつ堀越」 令和元年8月設立

場所 忠海集会所（忠海東町2-9-39）

日時 毎週金曜日 9時30分～11時

皆さんに一言

誰でも来てください。料理の話やおしゃべりが楽しいですよ。



介護予防自主グループについての問い合わせは、健康福祉課介護福祉係（☎22-7743）へ。