

### 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)		
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	10:00～16:00
*法律相談	毎月第2金曜	

◇7・9・11月は司法書士が応相談。

◎電話による相談も可。

\*法律相談は予約制。月初めから受付。

無料での相談は一人1回です。

### 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 行政相談委員 黒崎 耕二  
(忠海中町) ☎ 26-0607

### 県民相談

日時 毎週水曜日 9時15分～12時、13時～16時

場所 広島県東広島庁舎1階 (東広島市西条昭和町13-10)

問い合わせ 西部地域県民相談室東広島支所 ☎ 082-422-6911

### 地域包括支援センター

相談内容	曜日	時間
高齢者 総合相談	月～金	8:30～17:00 (土・日曜日は、要望により対応)
介護家族 相談会	偶数月の 第3火曜日	13:30～15:00

場所 ふくしの駅 (中央3-13-5)

問い合わせ 地域包括支援センター ☎ 22-5494

### いのちのホットライン竹原

場所 たけはらふれあい館

(中央2-4-3) 9時～18時

※7/14・8/13～16は休館します。

問い合わせ いのちのホットライン竹原 ☎ 22-9102

### 出張年金相談日

日時 7月9日(水) 10時～15時30分

場所 福祉会館2階会議室

問い合わせ 呉年金事務所 ☎ 0823-22-1691

### 人権相談所

日時 7月17日(木) 10時～12時、13時～15時

場所 人権センター

問い合わせ 広島法務局東広島支局 ☎ 082-423-7707

### 休日納税相談窓口 を開設します

市税納税相談のため、休日納税相談窓口を開設します。何らかの事情で納税が難しい場合は相談を受け付けますので、ご利用ください。

日時 7月13日(日)

9時～17時

### 夜間窓口も利用できます

事前に連絡をしていただければ、税金に関する相談を受け付けますので、ご利用ください。

場所 税務課 (本庁1階)

利用時間

平日の20時まで (要相談)

問い合わせ

税務課

☎ 22-7732



### 平成25年度消費生活相談状況

#### 【相談件数の状況】

昨年度(平成25年4月から平成26年3月まで)相談件数は175件で、一昨年に比べ21件増えました。

相談が多かったのは、①健康・食品(23%)、②情報提供サービス(16%)、③家具・寝具(11%)で、この3つが相談の半数を占めています。

#### 【相談の概要】

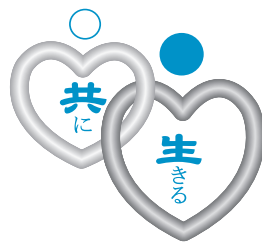
最も目立ったのは健康食品に関する苦情で、頼んだ覚えのない商品に関するトラブルや、カニなどの電話勧誘に対する苦情が聞かれました。

また、利用した覚えのないインターネットの料金請求に関する相談は依然として多く、ここ1、2年はスマートフォンに関係するものが増加しています。

このほかにも投資商品や還付金、さらに布団類やリフォームなどの訪問販売においても、手口が悪質かつ詐欺的な取引の相談が目立ちました。

#### 【地域ぐるみの見守りを!】

中でも高齢者や一人暮らしの人のお宅が狙われやすく、次々に契約を持ちかけられる、契約書が見当たらない、というケースが見受けられます。自身での判断が難しい人には、周囲の人の見守りも大切です。おかしいな、困ったなと思ったら、竹原市消費生活相談室(☎22-6965)にご相談ください。



## 健やかに生きる

これらの状況を踏まえ、平成20年度から「生活習慣病の発症や、重症化をさせないこと」を目的に「特定健康診査（メタボ健診）」及びその結果により生活改善を図るために受ける「特定保健指導」が始まりました。

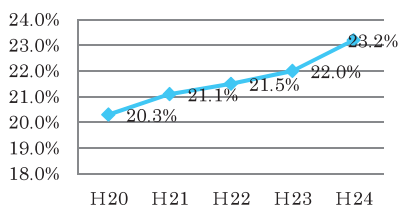
### 受診状況及び健診結果の状況

わが国では、国民皆保険のもと誰もが安心して医療を受けることができる医療制度を実現し、世界最長の平均寿命や高い保健医療水準を達成してきました。

しかし、急速な高齢化や生活スタイルの変化などにより、内臓脂肪に起因する病気（メタボリックシンドローム）と考えられている糖尿病・脂質異常症・高血圧などの生活習慣病は増加し、その医療費は、国民総医療費の約3割を占めています。

それらが重症化し狭心症、心筋梗塞、血管管疾患や腎不全などに至ると、医療費の増大といった問題だけでなく、本人や周囲の人々の生活にも大きな影響を与え、通院等による日常生活への制限も余儀なくされます。

図1 特定健診受診率  
(法定報告より)



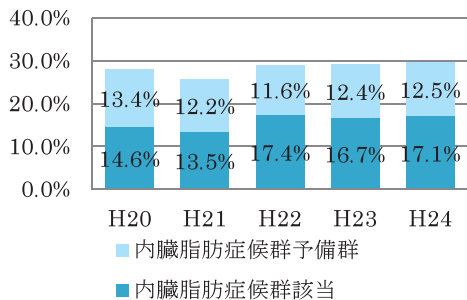
また、被保険者の特定健診結果については、約3割の人がメタボリックシンドロームの該当または予備群と判定されています。(図2)

### では、どうすれば??

治療が必要な人は、生活習慣の改善と合わせてできるだけ早いうちに治療を開始することが大切です、放置すると、自覚症状がまま徐々に重症化していきます。生活習慣の改善が必要な人には、特定保健指導の案内が届きます。現在の生活習慣を

見直し、内服などの治療が必要になる前に病気の芽を摘みましょう。

図2 特定健診結果 (法定報告より)



**健康はだれのため?**  
健やかな生活を送ることは、だれのためなのでしょう? 自分のため。家族のため。社会のため。生活習慣を見直すことが、健やかな生活を送るための第一歩です。あなたが健康でいることは、あなたの周囲の人、みんなの願いなのです。



## 人権標語・男女共同参画標語を募集します

市民一人ひとりの人権が尊重され、豊かで明るい、生きがいのある社会の実現に向けて、広く市民から人権標語・男女共同参画標語を募集します。

採用作品は今後の人権啓発に活用します。

### 募集作品

標語（応募用紙等は自由）  
※ただし、人権標語か男女共同参画標語か作品ごとに明記してください。

記してください。

### テーマ

- ・言葉やあいさつの大切さ
- ・平和に関すること
- ・家族や友だち、命を大切にすること

- ・男女がたすけあい、個性や能力を発揮できる社会づくりを呼びかけるもの
- ・ワークライフ・バランス（仕事と生活の調和）のとれた生活を呼びかけるもの

### 応募方法

9月5日(金)までに、作品に住所・氏名・電話番号を記入のうえ、人権推進室(〒725-8666 住所不要)へ。

☎ 22-7736