

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	10:00～16:00

◇偶数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。

障害者虐待防止相談

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

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 11月21日（水） 9時～12時

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・介護家族相談

相談内容	曜日	時間
高齢者総合相談	月～金 (土・日は要相談)	8:30～17:00 (ふくしの駅)
介護家族相談会	偶数月の 第2金曜日	13:30～15:00 (多機能型事業所あさひ サロンスペース)

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 ふれあい館ひろしま（中央2-4-3）

9時～18時

※11/18（日）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12時までに要申し込み。

申し込み・問い合わせ 呉年金事務所 ☎ 0823-22-1691

県民相談

行政関係相談、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10-52）

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 行政相談委員 黒崎 耕二（忠海中町）☎ 26-0607

着衣着火の事故に注意しましょう！

調理中にコンロの火が袖口に燃え移るなど、何らかの原因で着ている服に火が付くことを「着衣着火」といいます。消防白書によると、平成28年に着衣着火が原因で亡くなった人は全国で81人、そのうち7割は65歳以上と報告されています。

【事故の事例】

- 首にスカーフを巻いたままコンロに火をつけたら、垂れ下がったスカーフに着火した。
- やかんを火にかけコンロの奥に手を伸ばしたときに、来ていた服の右上腕部に着火した。
- 調理中に換気のため窓を開けようと手を伸ばしたら、ニット製の着衣の腹部に着火した。

【ガスコンロでの事故が多い】

住宅内での着衣着火の原因となりやすいものは、コンロ、ろうそく、ライター、ストーブ、たばこなどです。東京消防庁の調査によると、ガス

コンロによる事故が最も多く、その原因として加齢による身体機能の衰えとともに、「加齢性白内障」によって、ガスコンロの青い炎がみえにくくなる、ということが言われています。

【危険から身を守るには】

- 調理の際にはマフラーやストールを外しましょう。また裾や袖が広がっている服を着たときは、炎に接触しないように注意しましょう。
- 鍋などの底から炎がはみ出さないよう、適切な火力にしましょう。
- もし着衣に火が付いてしまった場合は、「すぐに脱ぐ、たたく、水をかける」など落ち着いて消火を行いましょう。

おかしいな、困ったなと思ったら、**消費生活相談室**（☎22-6965）にご相談ください。

2018 たけはら人権フェスティバル

映画や作品展示・パネル展などを通じて、人権について考えてみませんか。

開催期間

12月4日(火)～9日(日)

9時～16時

場所

人権センター、市民館ロビー・ホール

内容 人権・男女共同参画パネル展、ふれあい福祉展・作品展、その他人権に関する展示。

問い合わせ

人権推進室

☎ 22-7736

人権啓発市民講座

日時 12月9日(日) 13時30分～15時30分

場所 市民館ホール ※入場無料

映画上映 「校庭に東風ふいて」(上映時間112分)

出演 沢口靖子 村田雄浩 星由里子ほか

内容 場面緘黙症の心の悲しみを抱えた少女、貧困から様々な問題を引き起こす少年の絶望と苦しみなど子どもたちの困難に寄り添い、子どもと共に生き、子どもへの愛情を貫いた教師の感動の物語。

※12時50分から、人権作文コンテスト表彰式・作文朗読、男女共同参画社会づくり講座のプレゼンテーションを行います。

▼健康相談や模擬店、即売・体験コーナー

日程	時間	内容	場所
12月4日(火) ～9日(日)	9:00～16:00	パネル展・作品展	人権センター2階
12月8日(土) ～9日(日)	9:00～16:00	パネル展・作品展	市民館ロビー
12月9日(日)	9:00～13:00	健康相談、高齢者の疑似体験	人権センター1階
	10:00～13:00	模擬店(おでんほか) 即売コーナー(クッキーほか)	人権センター玄関前 ほか
	11:00～13:00	模擬店(うどん、炊き込みご飯)	
	12:50～15:00	共同募金	市民館ロビー

※駐車場は、市役所南側駐車場・市職員駐車場・たけはら合同ビル駐車場をご利用ください。

国保だより

問い合わせ

市民課医療年金係 ☎ 22-7734

●「かかりつけ医」を持ちましょう

日頃の健康に不安を感じたときや病気になったときに、今までの検査データや健康状態を把握している「かかりつけ医」に相談すると早めの対処につながります。

●「はしご受診」はやめましょう

同じ病気で2か所以上の医療機関にかかると、そのたびに初診料が必要となり、医療費も高くなります。

また、検査や薬の重複によって、体への負担や副作用の危険性もあるので、セカンドオピニオンなどの特別な理由がない場合は「はしご受診」はやめましょう。

●休日・夜間の受診は控えましょう

夜間や休日には割増料金がかかり医療費も高くなります。また、軽い症状で夜間や休日に救急外来を

受診することで救急外来が混み合い緊急性の高い患者さんの治療に支障をきたす場合もありますので、できるだけ「平日の診療時間内」に受診しましょう。

●年に1度は「特定健診」を受けましょう!

脳卒中や心疾患などを発症すると長期の治療が必要となり、寝たきりの状態になってしまうこともあります。これらの生活習慣病は、早期に発見し対処すれば、回復も早く医療費も安く済みます。

しかし、「血糖値やコレステロールが少し高い」程度の初期段階では、自覚症状に乏しく「特定健診」などで検査をしなければ病気の芽を発見することは困難です。自覚症状がなくまだまだ元気と自信がある人も油断せず「特定健診」を受診しましょう。

また、治療中の人でも治療している病気以外の状態を知るために「特定健診」を受けましょう。

市民人権標語

小学生の作品

めざそうよ 男女で協力 かがやく社会