

健康・消費生活展 多彩に開催

「食や健康、生ごみ」など 身近なテーマに関心高く!



健康・消費生活展が9月26日(日)、保健センターと屋内運動場で開催され、食や生ごみなど身近なテーマの展示や各種相談コーナーなどに関心を集めていました。また健康チェックコーナーでは、骨密度や体脂肪率の測定など無料で行われ、自分自身の体の状態と真剣に向き合っていました。人気の販売コーナーには、石鹸やお茶、パン、衣類など、消費者の会が勧める商品が並び、多くの人が買い求めていました。

生き生きと健康ライフ

守ろう 大切な自分の命

～こころの症状 「うつ病」の自己チェックを～

自殺者が増えています。自殺は直接的な原因の他に、その背景に心の病気があると言われています。うつ病の治療によって自殺の予防ができることが分かってきました。ここでは自殺の原因と関連の深いうつ病について考えてみました。

うつ病はささいなきっかけで起こる病気です。心のガソリンが切れた状態です。切れた状態で車を走り続けると車は壊れてしまいます。うつ病も同じです。気の持ちよう、心の弱さなどで起こるものではありません。脳の中の意欲や活力を伝達する神経伝達物質の働きがうまくいかなくなるにより起こると言われています。

【うつ病の症状】(人それぞれです)

①こころの症状・気分が沈む、自分を責める、意欲が出ない、考えがまとまらないなど。

②体の症状・体のだるさ、眠れない、食欲がない、おいしくないなど。

【うつ病のきっかけ】
身体的な不安、悲しみ・喪失体験、

心のほっと相談

～心の悩みを気軽に相談できます～
※専門相談員による個別の相談が受けられます。
※予約制ですので、事前にお申込みください。
保健センター
27-8384

賢い消費生活を

ダマされないで! 振り込め詐欺



振り込め詐欺は、ますます巧妙化しています。私だけは大丈夫と思っていませんか? だまされないために、次のことを覚えておきましょう。

こんな電話は、要注意!

- 「携帯電話の番号が変わった」
- 「急にお金が必要になった。振り込んで、送って。」
- 「お金を返すからATMへ行って。」
- 「銀行の口座が悪用されているのでキャッシュカードを取りに行く。」

急なお金の請求 まず、落ち着いて
家族で決めた 合い言葉で確認

振り込む前に、すぐ相談!

【振り込め詐欺撲滅ホットライン】
026-235-2530 (フリコメゼロ)

●騙される心理状態

人は「思いこみ」があると簡単に相手を信じてしまうものです。そして、信じ込むと相手の言うことが不自然であっても、疑うことなく行動してしまいます。息子を名乗る男の話や訴訟を起こすと言われたハガキの内容を「信じる・信じない」の分岐点は、日ごろ家族間で振り込め詐欺を話題にしているか否かです。「あいことば」を決めるなど家族全員で振り込め詐欺への抵抗力を身につけましょう。

子育て支援 下諏訪町次世代育成支援行動計画

本年度後期計画策定、各種事業を推進しています



町では次世代を担う子ども達が健やかに生まれ、育成されることを目的として、平成22年度から26年度までの5年間を後期とする下諏訪町次世代育成支援行動計画を本年度策定し、各種の子育て支援策を推進しています。子育てに不安を持つ家庭が多い中、子育て支援センター、学童クラブの充実に加え、さまざまな施策で子育てを応援しています。ここでは21年度の実施状況を紹介します。

◆お問い合わせ先 教育こども課 子育て支援係 (内線714~716)

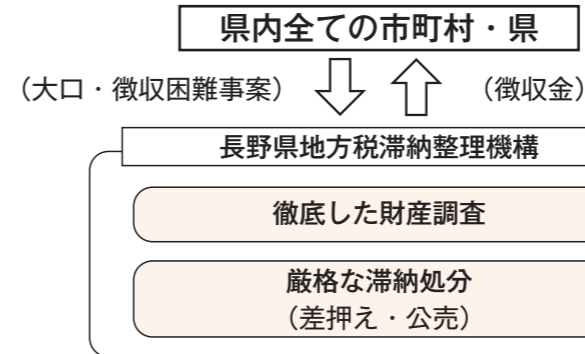
～町ではこんな子育て支援をしています～

事業名	事業内容	平成21年度実施状況
ファミリーサポートセンター事業	子どもを預けたい人と預かりたい人が会員となって、仕事と家庭の両立支援を図る事業です。	■援助会員 47人 ■依頼会員186人 ■利用件数 54件
放課後児童健全育成事業	保護者が昼間家庭にいない概ね10歳未満の小学生児童を対象に、放課後の生活の場を与え、児童の健全な育成を図る事業です。	(児童数・平成22年3月31日現在) ■南小学童クラブ 65人 ■北小学童クラブ 39人
一時保育事業	緊急、一時的な保育を必要とする児童に対する保育を実施する事業です。	(6園で実施) ■延べ 498人が利用
地域子育て支援センター事業	子育て家庭に対する育児相談や支援を図る事業です。	■利用者 7,160人 ■相談件数 41件
通常保育事業	保護者の就労・疾病等により家庭で保育できないと認められた場合に保護者に代わり保育園で保育を実施する事業です。	(平成22年3月31日現在) ■保育園入所児童数 473人 ■町外への委託 25人(計498人)
延長保育事業	保育園の通常の開所時間を超える保育ニーズへの対応をする事業です。	(午前7時30分～午後6時30分まで) ■延べ 1,390人が利用

長野県地方税滞納整理機構がスタートします!

様々な行政サービスは、皆さんが納める税金により提供されています。ほとんどの方はきちんと納税をしていただいておりますが、一部に納税義務を怠り滞納している方がいます。このため、きちんと納税している方との公平性が保てないことなどから、滞納者への厳正・公平な税金の徴収を行うことが求められています。

そこで、県内全ての市町村と県で構成する、地方税の滞納整理専門組織「長野県地方税滞納整理機構」の平成23年4月業務開始に向け準備を進めています。機構では、市町村や県から大口・徴収が困難な滞納事案を引き受け、滞納者が所有する財産を徹底して調査し、差押えや公売等の厳格な滞納処分を中心とした滞納整理を行います。



問合せ先：
税務課 収納係 ☎27-1111 (内線126)