



◆優秀賞 (評) うまく霧を捉え、幻想的な風景を切り取っている。
 ◆霧の印西(戸神)
 ◆厩橋輝男(戸神台)

印西市観光協会主催
 第19回 ふるさと発見フォトコンテスト

いんざいの原風景



【年々増加する虐待】
 児童虐待に関する相談件数は年々増加しており、その内容も専門的な援助を必要とするケースが増えています。特に、子どもの命が奪われるなどの重大な事件も後を絶たないのが現状です。
 【子どもを虐待から守ろう】
 児童虐待の早期発見・早期対応にとって大切なことは、

虐待に早く気づくことです。それは、関係者だけでなく地域に暮らす大勢の人たちに、子どもへの関心を持ってもらうことから始まります。子育て中の保護者と子どもに出会ったときには「こんにちは、かわいいね」などと気軽に声をかけてください。
 子どもとその保護者に関心を持つことで「いつもと様子が違うな」「何かおかしいな」

と感ずることが出来ます。そんな時は「どうしたの?」と声をかけてみましょう。こうしたみなさんの小さな思いやりの気持ちで、虐待の未然防止、早期発見につながります。
 【通告・相談窓口】
 わたしたちには、子どもの虐待を発見したり、様子が変だと感じたりしたときには、関係機関に通告する義務があ

ります。
 通告した人の秘密は守られますし、通告した後で虐待でないと分かってても、通告した人へ罰則はありません。
 【児童相談所全国共通ダイヤル】
 ☎0570-064-000
 ※電話をかけると、管轄する児童相談所に電話につながります。
 圏中央児童相談所(印西市を管轄する児童相談所) ☎043-1253-4101、市家庭児童相談室(☎5180)、市中央保健センター(☎595)。

以前、福祉部門にいたころ、福祉センターで行われている介護予防教室に参加しました。当時は10人程度の高齢者の人々が参加し、体操を行った後、ペットボトルで作ったピンでボーリングをして楽しんだ覚えがあります。
 現在は異なった形態ですが、今号5ページで介護予防事業の参加者を募集中。このうち「ハッピーライフ講座」では、健口体操や食べやすい料理の試食、スポーツ吹き矢などを盛り込んでいます。健口体操では口や舌の運動のほか唾液腺マッサージなどを行うので、表情が豊かになるだけでなく、唾液も出るようになり、食事が美味しくなるそうです。興味のある人は、参加してみたいかがでしょうか。 P

いきいき生活情報

クレジットカード現金化被害に注意しましょう

最近、インターネットや新聞・雑誌などで「クレジットカードで現金を用意します」とか「クレジットカードでお金を貸します」というような広告を見ることがあります。この手法は「高く買い取る」という誘い文句で、カードを使って物を買わせ、品物を送らせた後、代金の一部を振り込む、というものです。確かに、現金は手にできませんが、例えば10万円の購入代金に対して、8万円が振り込まれたとしても、カードの口座引き落とし日には、差額の2万円を含めた10万円が必要となります。買った商品によっては、基本料金などを払い続けなければならぬこともあります。ここで、契約を解除しようとしても、換金目的でカードを利用することは「クレジットカード利用規約」に違反する行為で、ペナルティーを受ける可能性があります。さらに、クレジットの支払いが終わっていないものを売り渡したことになる、利用者自身が犯罪行為を問われる可能性があるのです。いくらかの現金は手にできたとしても、結果としては、それ以上のクレジットの支払いが残り、債務が増えてしまいます。どこかに訴えようとしても、犯罪に加担したとされる恐れがあつて

訴えたりできなくなる悪質な手口が増えています。「うまい話はない」を念頭に、安易な誘い文句には「何かおかしくないか」と考える余裕がほしいものです。家族や友人に相談するのも有効です。心配なときは、消費生活センターに相談してみましょう。
 圏印西市消費生活相談室(☎内線349・月、水、金・午前10時~午後4時)。

~ 37 ~

知っ得!
 消費生活

『見ずすな 幼い子どものSOS』
 11月は児童虐待防止推進月間



— 92 —

元気な食卓 176

サツマイモとジャガイモのごはん
 いろいろ食べて生活習慣病予防!

材料(4人分)
 コメ3合、ジャガイモ大さじ1、サツマイモ1本、ベーコン4枚
 【A】しょうゆ大さじ1½、みりん大さじ1½、酒大さじ3、塩小さじ1/2
 作り方
 ①コメは洗ってざるにあげ30分くらいおく。
 ②サツマイモは皮付きのまま、ジャガイモは皮をむき、1.5cm角切りにし、水にさらす。
 ③ベーコンは2cmに切る。
 ④炊飯器にコメと水3カップ、調味料と材料を入れ、全体を軽く混ぜて炊き上げる。
 ★1人分の栄養価★
 エネルギー 398kcal、たんぱく質 7.1g、脂質 4.7g、カルシウム 24mg、塩分 1.8g。
 提供…地区健康推進員のみなさん。

●お詫びと訂正●『健康いんざい』9月1日号および10月1日号の「健康いんざい21」「元気な食卓」で誤りがありました。おわびして訂正します。

号	誤	正
9/1号	健康いんざい21 第79回 元気な食卓 第163回	健康いんざい21 第90回 元気な食卓 第174回
10/1号	健康いんざい21 第80回 元気な食卓 第164回	健康いんざい21 第91回 元気な食卓 第175回

こちら編集室

よ〜ん! よ〜ん! よ〜ん! よ〜ん!
 正しくお知らせ
 秘書広報課 広報広聴班