

ビッグブックを ご寄付いただきました

12月2日(水)、銚子ライオンズクラブから読み聞かせ用の大きな絵本13冊を寄贈いただきました。市立幼稚園・小学校で活用します。
 問 学校教育課 ☎(24)8197



ご意見を募集 します

高齢者福祉計画・第8期介護保険事業計画(案)へのご意見を募集します。詳しくは市ホームページをご覧ください。
 期間 1月5日(火)～19日(火)
 閲覧場所 市ホームページ掲載のほか高齢者福祉課、公正図書館、市民センター、豊里・豊岡出張所



対象 市内在住・在勤・通学の人。法人その他団体含む
提出方法 書式は自由。氏名(法人などの場合は名称と代表者氏名)、電話番号、メールアドレスを住所を記入しメールか郵送、FAX、直接のいずれか
提 高齢者福祉課 (〒2880-8601 若宮町1-1)
 FAX (25)0277
問 同課 ☎(24)8755

冬場の入浴 ヒートショックにご注意

ヒートショックとは、寒い脱衣所から暖かい浴室に入ったときなど、急激な温度変化で血圧が大きく変動して脳卒中や心筋梗塞を誘発、意識障害などが起きる現象のこと。入浴中は特にヒートショックによる急死が多く発生しています。

ヒートショック対策

- 1 脱衣所や浴室は暖める
- 2 湯船は41℃以下に設定
- 3 入浴する前は、家族に一声掛けて
- 4 飲酒後の入浴は控える
- 5 入浴前と入浴後はしっかり水分補給

問 消防署 ☎(22)0119

千葉県

介護に関する入門的研修

介護保険・仕事・資格など介護の基礎を3時間で学びます。希望者には個別就労相談も。

日時 2月18日(木)13時～16時40分
場所 勤労コミュニケーションセンター 2階ホール
参加費 無料
定員 15人程度(事前予約)
申問 稲毛ペコリー
 ☎043(306)8520
 (木・日曜日定休)

銚子商工会議所

IT化で働き方改革講座

テレワークや遠隔商談を活用した働き方改革を知ろう。

日時 1月19日(火)14時～16時
場所 銚子商工会議所会館1階大会場
講師 横田秀珠さん(イースパ
 イア(株)代表取締役)
参加費 無料
定員 20人
申込方法 申込用紙(同所ホームページからダウンロード可)に記入しFAX
申 FAX(22)6229
問 同所 ☎(25)3111

若者サポートステーション 銚子サテライト 就労支援講座

コミュニケーション講座、応募書類の書き方、面接指導、個別相談、家族会講座など。

日時 2月1日(月)10時～14時
場所 勤労コミュニケーションセンター 1階
対象 15～50歳未満の人とその家族、親せき
その他 要事前申込。参加無料
申問 ちば北総地域若者サポートステーション
 ☎0476(24)7880

消費生活 Q&A

消費生活センター情報 第30号

クレジットカードの利用明細書は必ず確認しましょう

Q クレジットカード会社から「口座残高不足」の案内が届いた。慌てて利用明細書を確認したら20万円以上の請求があり、ほとんど心当たりがない。以前届いた明細書も見直すと約1年間で合計60万円ほど利用した覚えのない請求があった。不正利用ではないかと思う。明細書を確認していなかった非は認めるが、どうにかならないか。(70歳代男性)

A クレジットカード会社の調査で第三者による不正利用だったことが分かる場合もあります。利用明細書は必ず定期的に確認しましょう。クレジットカードを利用した際に受け取った伝票などと突き合わせ、確認をしましょう。利用した覚えのない請求があったら、早急にクレジットカード会社にその旨を連絡しましょう。



出典：独立行政法人国民生活センター イラスト：黒崎 玄

消費生活のトラブルや悪質商法の被害など専門の相談員が相談に応じます

消費生活センター ☎(24)8194