

アダルトサイトに登録された!?

今回は、アダルトサイトの事例をご紹介します。

〈事例〉

高校生の息子がパソコンでアニメの画像を探す中、アニメのアダルトサイトが目につき、実写版アダルトサイトに入った。18歳以上「ハイ」と答えクリックしたところ会員登録され、6万円を請求された。すぐに父親に相談、退会メールを送ったが「支払っていないので退会できない」と返信があった。支払わなければならないか。



額になる」などと脅かして消費者を不安にさせて請求する例が多い。

〈アドバイス〉

- 意図せずアクセスし、利用料金の請求を受けても、言われるがままに支払わない。
- 「固体識別番号」「IPアドレス」などから個人情報が行きわたることはないので、過度に不安にならないこと。
- 興味本位で気軽にアクセスしない。最初に有料か無料か、利用規約はあるか確認する。
- サイト名や画面などをデータで保存しておく。
- 請求画面が張り付いて消えない場合は、情報処理推進機構（IPA）のホームページを参考にする。
- アニメ、ゲーム、占い、芸能情報など多様なサイトから誘導されるケースが多い。
- サイトの利用が無料であると誤認させたり、年齢認証をクリックしただけで登録されるなど、有料サイトであることが容易に確認できない例が多い。
- 「端末情報を取得した」「期日までに支払わないと請求額が高

問い合わせ先 消費生活相談窓口（市地域振興課内） ☎ 1311 1259

黄色いリボン④ めざせイクメン！

パパと子どものストレッチ教室開催!!

子どもとパパの楽しいふれあいストレッチ教室を開催します。

子どもさんと楽しいふれあいの時間を持ちませんか。

参加者募集中!

日 時 9月9日(日)

10時～11時30分

場 所 大口元気こころ館

対象者

4歳～6歳の子どもとお父さん

定 員 親子20組(先着順)

講師

土生さとみさん(けんこう奄)

参加費 無料

申込方法

申込先にお電話で申し込みください。

準備するもの

動きやすい服装、水分補給用の飲料水等

※お母さんも見学できます。

イクメンとは

子育てを楽しみ、自分自身も成長する男性のこと。または、将来

そんな人生を送ろうと考えている男性のこと。



イクメンがもっと多くなれば、妻である女性の生き方が、子どもたちの可能性が、家族のあり方が大きく変わり、そして社会全体ももっと豊かに成長していくはず

です。

一人で悩まず

勇気をもって相談を!

市民の身近な相談窓口「女性サロン室」の相談員が、一緒に

受けてとめてくださいます。

開催日 8月1日(水)・22日(水)

時間 13時30分～16時

場 所 大口仲町旧安楽ヨシ子宅

女性サロン室連絡先

☎ 090・3016・3660

申込・問い合わせ先 市企画調整課共生協働推進係 ☎ 1311 1128



清涼飲料水の ワナに注意 !!

暑いこの時期、熱中症予防に水分を摂ることは大切ですが、清涼飲料水(※1)の飲み方に注意が必要です。知らないうちに多くの糖分を摂取している可能性があります。

水分補給のはずが・・・糖分補給に？

スポーツドリンクなどを大量に飲み続けると、気が付かないうちに糖が上がって、急性の糖尿病になってしまうことがあります。これは、100%果汁のジュースや野菜ジュース・缶コーヒートにも同じことが言えます。例えば、スポーツドリンク(500ml)にはステイックシュガー(※2) 11・5本分、野菜ジュース(200ml)では3本分、濃縮還元ジュース(200ml)は種類によって7〜10本分の糖分が含まれていることになります。

微糖・砂糖不使用だから大丈夫？

最近では、微糖や砂糖不使用という表示の飲み物が多くなっています。飲み物の糖分含量に関しては「含まない」や「低い」といった表示をする場合には▽糖類が100mlあたり

0・5g未満の飲料製品
「無糖」「糖類ゼロ」など▽糖類が100mlあたり

2・5g未満の飲料製品
「微糖」「低糖」「糖分控えめ」など

の表示を使用してよいとされています。また、「甘さ控えめ」などといった表現は、あくまでも味覚に関する表示であり、「糖類の含有量が少ない」という意味合いではないことに注意する必要があります。

さらに、「砂糖不使用」とは、「食品を加工する時に砂糖を使っていない」とい

う意味で、原材料の果物や野菜などに糖分が含まれているので、「無糖」ではありません。また、甘さを補うために他の糖類を使っている可能性があります。

カロリーオフ、カロリーゼロだから大丈夫？

「カロリーオフ」は100ml当たり20kcal以下、「カロリーゼロ」は100ml当たり5kcal未満の場合にできる表示です。これはエネルギーが少ないことを強調する表示であり、カロリーがないということではありません。「カロリーゼロ」なので、たくさん飲んでも大丈夫ということではありません。

清涼飲料水は糖分が多いので、飲みすぎると肥満や夏バテ・糖尿の原因につながるがあります。清涼飲料水の好きな人は1日1本までと本数を決め、それ以外はなるべく水などで水分補給をしましょう。冷たい飲み物ばかりでは胃に負担をかけてしまうので、温かい白湯などで疲れた胃をゆっくり休め快適な夏を過ごしましょう。

※1 清涼飲料水とは、「乳酸菌飲料、乳及び乳製品を除く、アルコール(1%以上)を含まない飲料」のことです。
※2 ステイックシュガー1本は3g入りを用いています。



東北地方で初めての夏を過ごしています。南三陸町は、夏でも爽やかな風が吹き、大変過ごしやすい気候です。現在（7月13日）は、梅雨真っ只中ですが、まったく雨もなく、九州の梅雨とは違う印象を受けました。地元の話ではこれからが本当の梅雨だということですが、気温も徐々に上がってきて、ようやく夏らしさを感じるようになりました。

また今年は、南三陸町で

さて、7月8日に南三陸町の水産業支援などを目的とした物産販売センター「登米・南三陸フェスティバル」が登米市にオープンしました。南三陸町の銀ザケ、タコ、ワカメなどの水産物と、登米市の米や新鮮野菜、また被災者が製作する手工芸品の販売等を行い、レストランも併設されています。

7月29日（日）に「南三陸夏祭り福興市」、8月11日（日）に「歌津復興夏まつり」H O P Eフェスティバル2012」という夏のイベントが開催されます。昨年は震災の影響で開催できなかったということで、2年ぶりの夏祭りとなります。復興に向けて活気があふれ、賑やかなイベントになることでしょう。

（上田恒静）



伊佐の味 からだに栄養 **食生**
 おいしいものでいきいき笑顔になる

「ご飯がすすむ保存食」

「かごしまのおかず（開港舎）」より

レ シ ピ

〈材 料〉（4人分）

ゴーヤ（苦瓜）	1 kg	乾しいたけ	適量
A {	醤油	150cc	
	ザラメ	250g	
	酢	100cc	
かつお節	適量	ごま	少々

〈作り方〉

- ①ゴーヤを縦に2つ割にして種とわたを取り除き、薄くスライスする。
- ②しいたけは水に戻して、千切りにしておく。
- ③鍋に①と②を入れてAを加え、煮汁がなくなるまで煮詰める。
- ④③を冷まして最後にかつお節・ごまを入れる。

ゴーヤ佃煮

ゴーヤの佃煮



Welcome to Library

図書館へようこそ



【おすすめの一冊】

惜樂荘だより 佐伯泰英 (出版：岩波書店)

岩波茂雄が静養のために建てた惜樂荘を譲り受けた著者は、後世に残すため完全修復を志す。「名建築」はいかにして蘇ったのか？修復完成までをつぶさに綴るエッセイ。

(新刊全点案内より引用)

【ご利用案内】

伊佐市、旧横川町、湧水町、さつま町に在住か、伊佐市内に通勤・通学をしている人であれば借りられます。

図書利用カード作成には、免許証など、本人確認できるものがが必要です。

開館時間

午前9時～午後6時 (火曜日～土曜日)

午前9時～午後5時 (日曜、祝日)

休館日

毎週月曜日 (ただし、祝日の場合翌日)
年末年始 (12月28日～1月4日)

【8月の休館日】

8月6日(月)・13日(月)

20日(月)・27日(月)

【図書館へ献本】

田口尚三さん (元町)

川原維重さん (下之馬場)

前田富士子さん (大田)

永山保雄さん (尾之上)

野口朋友子さん (大道)

吉田七美さん (福岡市)

【今月の新刊本】

【 児 童 】	
お父さんのVサイン	相馬公平
おひげおひげ	西村敏雄
大接近！妖怪図鑑	軽部武宏
うみのどうぶつとしょかんせん	こぼようこ
ずっとずっといっしょだよ	宮西達也
【 一 般 】	
二重生活	小池真理子
チマチマ記	長野まゆみ
もう、忘れたの？	酒井順子
花のさくら通り	萩原浩
父、断章	辻原登

【イベント情報】

夏休みおはなし会

日時と場所に変更がありました。

日 時	8月3日(金) 10:30～	田中ふるさと館
	8月10日(金) 10:30～	本城校区集会施設
	8月24日(金) 10:30～	湯之尾校区集会施設
	8月31日(金) 10:30～	菱刈図書館

ふれあいメルヘンひろば

日 時 8月25日(土) 10:30～11:00

場 所 大口図書館

内 容 図書館ボランティア「ぎんなん」による大型絵本や紙芝居の読み聞かせなど

『銀杏文芸賞』募集中！ 広報いさお知らせ版7月15号に掲載

問い合わせ先

大口図書館 (大口ふれあいセンター内)

☎220417

菱刈図書館 (菱刈ふるさといきがいセンター内)

☎263000





『結いのまち』

とともに支えあう まちづくり

第8回



☆夏まつり

金魚すくいに
カキ氷、焼き鳥
に美味しいビー
ル、踊り連に打
ち上げ花火、毎
年自治会や校区で開催される「夏
まつり」は、地域で育つ人間にと
って楽しみであると共に、「誇り」
ではないでしょうか。



また、故郷から遠く離れた地に
住む人にとっては、懐かしい友人
知人と会え、また故郷を味わえる
大切な行事だと思います。

☆継続の難しさ

運営には厳しい現実があります。
年々進む高齢化と過疎、子どもの
減少は、祭りを求める声を減らし
ています。

また、日本を包む景気の低迷は、
田舎の企業商店からの寄付金も減
らしています。

そして、これらの要因の中でも
何とか実施されるお祭りは、関っ

た役員の負担を大きくし、毎年の
役員決めをも難しくしています。

☆しかし今年！

牛尾校区と羽月校区では、新た
に校区夏祭りを計画しました。

これは「校区まちづくり会議」
で見えてきた課題解決のための
手段としての「夏祭り」であり、
校区それぞれがこの行事を通して
「地域住民の交流促進」や「地域
産業の活性化」などを図るもので
す。

☆継いで行く

永く継続され、実施することが
当たり前になっていっている行事にも、
意味があり、地域住民の努力が隠
れています。

受け継がれる伝統行事と共に、
その「意味」や「心」も伝えるこ
とが、今後はもっと大切になるの
ではないでしょうか。

楽も苦も時過ぎぬれば跡もなし

世に残る名をただ思ふべし

(島津忠良)

コミュニティ通信



校区夏祭り情報



- ▽8月11日(土)

山野校区	山野中学校	18時～
------	-------	------
- ▽8月12日(日)

牛尾校区	牛尾小学校	18時～
平出水校区	平出水小学校	18時～
羽月校区	羽月駅前自治会広場	15時～
針持校区	針持小学校	19時～
- ▽8月15日(水)

曾木校区	西太良地区コミュニティセンター	19時～
田中校区	北部体育広場	18時～

●イベント情報などは、各校区のコミュニティ協議会を通じてご連絡ください。毎月10日締切で、翌月号のこのコーナーで紹介します。
※内容や紙面の都合により、掲載できない場合もあります。

共生協働推進係からお知らせ

【校区まちづくり会議報告】

2か月に渡り15校区で実施された校区まちづくり会議は、今月2回目の大口校区で終了します。

今年度実施された2回の会議では、7つの分野「環境・自然」「経済・産業」「文化・教育」「安心・安全」「生活」「コミュニティ」「福祉」で、それぞれ解決すべき課題を設定し話し合いを行いました。

その中では、具体的な解決に向けた取り組みについて、「いつ」「何を」「誰が、誰と」「どのように」「何のために」実施するのかを話し合い、計画書に明記されると共に、各校区で取り組みが進められることとなります。

5年後、10年後の理想とする故郷づくりに向けた取り組みは、今からです。市民の皆さまのご協力をお願いします。

問い合わせ先 市企画調整課共生協働推進係

☎ 1311-1127