

クーリング・オフ制度を活用しましょう！

クーリング・オフ制度とは

消費者が訪問販売や電話勧誘販売などで契約してしまった場合、一定期間内であれば無条件で契約を解除できる制度です。

クーリング・オフすると

○契約ははじめからなかったことになります。

○違約金や損害賠償金を支払う必要はありません。

○商品を受け取っている場合は、販売業者の負担で引き取ってもらえます。

○工事などの場合、土地や建物を元の状態に戻すように販売業者に請求できます。

クーリング・オフできないもの

○3,000円未満の現金取引

○化粧品や健康食品などの消耗品を自ら開封し、使用した場合

○自動車の購入

○葬儀

クーリング・オフの方法

必ず書面で行います。証拠が残るように特定記録郵便や簡易

書留で出しましょう。

クレジットを利用している場合、クレジット会社（信販会社）にも同様の通知を出してください。

※消費生活相談窓口では、クーリング・オフの記載事項を印刷しているのがきを用意しています。必要な人はご利用ください。

特定商取引法によるクーリング・オフ

取引内容	期間
訪問販売（キャッチセールス、アポイントメントセールス、SF商法「睡眠商法」を含む）	8日間
電話勧誘販売	8日間
連鎖販売取引（マルチ商法）	20日間
特定継続的役務提供（エステ、語学教室、学習塾・家庭教師、パソコン教室、結婚相手紹介サービス）	8日間
業務提供誘引販売取引（内職商法、モニター商法）	20日間

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® 「ポジティブ・アクション」

個々の企業において、固定的な

男女の役割分担意識や過去の経緯から、「営業職に女性はほとんど配置されていない」「課長以上の

管理職は男性が大半を占めている」など、このような差の解消を

目指して、女性の能力発揮を図るために、個々の企業が進める自主

的かつ積極的な取り組みのことを「ポジティブ・アクション」とい

います。

次のような会話がありました。

あなたは、どのように考えますか。

女性Aさんの家庭でAさんと夫が話し合っています。Aさんは現在産休中です。育児休業をどちら

が取るかを話し合っています。

A：育児休業を私が取るのが当然

とと思っているようですが、あなたも仕事の都合がつく2か月間ぐらい取ってもらえない

かしら。

夫：男性が育児休業を取るなんて前例がないよ。子どもにとって母親が一番だろう。だから、

ってなに？



育児休業は君が取る方がいいんじゃない？それに、「育児

休業を男性が取るなんて何だ。」って言われちゃうよ。

あなたは、Aさんと夫とどちらの意見に賛成ですか。

あなたは、男性が育児休業を取

ることをどのように考えますか。

子育ては女性の仕事、育児休業は女性が取るものと思っていませ

んか。男性が育児休業を取りやすいような雰囲気職場にありますか。

女性が自分らしく生きるために、あなたと一緒に考えます。ぜひご利用ください。

開催日 2月1日（水）・15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

問い合わせ先

市企画調整課共生協働推進係

☎ 1311 1128



アレルギーって何？

アレルギー週間（2月17日～2月23日）

アレルギー週間とは、アレルギー疾患に対して的確な情報を、国民に提供するための活動を推進する週間です。

アレルギーって何？

体の中に、ウイルスや細菌が入り込むと、人は、それを体から追い出そうとします。これが「免疫」といわれる体を守る仕組みです。ところが、この免疫の働きが過敏になると、体にさまざまな症状を引き起こすことがあります。たとえば、鶏卵アレルギーの人は、鶏卵を食べると皮膚に湿疹が出たり、目のはれたりすることがあります。このような反応をアレルギー反応といえます。

アレルギー週間とは、アレルギー疾患に対して的確な情報を、国民に提供するための活動を推進する週間です。

アレルギーの主な5疾患

◆ぜん息

ぜん息は、何らかの原因によって慢性的気道の炎症をおこす病気です。炎症があるために空気の通り道である気管支が過敏になって、痰が増えたり、気管支の内側をおおう粘膜がむくんだりします。また、気管支をとりまく筋肉が一時的に狭くなって（気管支の痙攣）、息苦しくなる発作が繰り返され、「ヒューヒュー、ゼコゼコ」といった特有の音が出ます。

◆アトピー性皮膚炎

かゆみを伴い、赤くジクジクしたぶつぶつができ、皮がむけてかさぶたになる

状態です。症状が長期化すると硬くなったりします。発疹は顔、目のまわり、口のまわり、くび、肘、膝、手首などの関節周囲、背中やお腹などに出やすく、左右対称性に出ます。

◆アレルギー性結膜炎

アレルギー性結膜疾患は、眼に起きるいろいろなアレルギー疾患の総称です。他のアレルギー疾患と同様、遺伝的なアトピー素因と環境因子で発症します。かゆみ・結膜の充血・結膜のむくみ・異物感が主症状です。

◆食物アレルギー

食べ物が原因でアレルギー症状が出ることを、食物アレルギーと呼びます。食べ物に触ったり、吸い込んだだけでも症状が出ることもあります。皮膚のかゆみ、じんましん、湿疹が多く認められます。

◆アレルギー性鼻炎

風邪を引いていないのに、水様性の鼻水・鼻づまり・発作性のくしゃみを引き起こします。これらの症状は副交感神経が優位に働く夜（夕）から朝にかけてみられます。

アレルギー疾患では、原因・悪化因子の検索と除去、薬物療法など一人ひとりの状態に合わせて、適切な対応をしていくことが大切です。詳しくは、主治医に相談しましょう。

参考…東京都福祉保健局HP



問い合わせ先

市健康増進課保健指導係

☎ 131111215

おいしいものでいきいき笑顔になるなる

「親も学んで、うちでも食育」

今年度から市内全域で学校給食がセンター方式となり、「子ども給食」に対する周囲の関心が高まっています。

昨年4月にスタートしてから先月末までの間に、給食センターで研修・視察を行った団体は、およそ35団体。遠くは愛知県から、身近なところでは市内のPTA会員など、述べ580人が訪れています。

私が同行した本城小学校のPTA会員など12人の皆さんは、普段見ることのできない施設の見学を行い、献立や日々の業務に関する説明を栄養士さんから受け、給食についての理解を深めました。

緊張した研修の時間とは違い、試食の時間には、和やかに懇談し、家庭での献立づくりや食事の摂り方などについて質問があり、保護者同士の意見交換の場としても有意義な研修・視察となったようでした。

給食センターでは、子どもに必要な栄養素やカロリーを考え、安全で栄養バランスのとれた美味し



なるほどお～
私たちも勉強
になります。



おいしい～

い給食を提供し、「楽しい給食時間の実現」をめざしています。

各学校への栄養指導にも栄養士さんが出向き、地元産の食材、その生産者、給食が作られる流れなどの話をするので、子どもたちへ給食に興味を持たせるとともに、多くの人の努力によって自分たちの食が支えられていることを実感させ、嫌いなものも食べられるように指導しています。

学校給食は、食育の場として大きな役割を担っていますが、「食育は家庭の問題」という意見もあります。買い物と一緒に出かけたり、食事づくりの手伝いをさせたり、特別なことではなく、かつてはあたり前だったことから始めてみましょう。

ねぎもち



レシピ

〈材料〉(1枚分)

餅	300 g	長ネギ	1本
かつおぶし	小分け1袋	小ネギ	適量
バター	10グラム	酒	大さじ1
めんつゆ	適量		

〈作り方〉

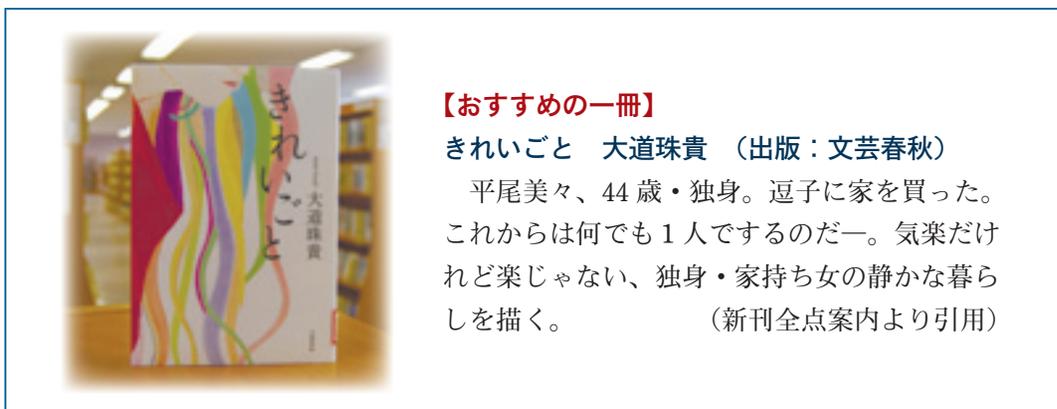
- ① 長ねぎ(青い部分含む)は1cmくらいの長さで輪切りにし、フライパンに敷きつめる。
- ② ①の上に、1cm角に切った餅も敷きつめ、ところどころにバターを散らす。
- ③ ②に酒をふってフタをし、弱火で10分焼く。餅が溶け全体に広がったら皿にすべらせる。
- ④ かつおぶし、めんつゆをかけ、小口切りにした小ネギを散らしてできあがり。

※テフロン加工のフライパンを使い、じっくり弱火で!

ねぎもち

Welcome to Library

図書館へようこそ



【おすすめの一冊】

きれいごと 大道珠貴 (出版：文芸春秋)

平尾美々、44歳・独身。逗子に家を買った。これからは何でも1人をするのだー。気楽だけれど楽じゃない、独身・家持ち女の静かな暮らしを描く。(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のため、免許証など、本人を確認できるものをご持参ください。

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)

【2月の休館日】

2月 6日(月)・13日(月)

20日(月)・27日(月)

菱刈図書館をはじめ、学校等へ出向いて、楽しいおはなし会を行っている、おはなしボランティアグループ「おはなしミッケ！」が、子どもの読書活動優秀実践団体として、県図書館協会・県学校図書館協議会から表彰されました。



【今月の新刊本】

【 児 童 】

トントントンをまちましよう	鎌田暢子
ようちえんにいくんだもん	佐古百美
あさになったのでまどをあけますよ	荒井良二
まいごの、まいごの、ゴンザレス	服部千春
たんじょうびおめでとう!	レナード・ワイズガード

【 一 般 】

かなたの子	角田光代
秋田さんの卵	伊藤たかみ
哀しき星	新堂冬樹
ジョン・マン 大洋編	山本一力
まちがい	辻仁成

【イベント情報】

ふれあいメルヘンひろば

日 時 2月25日(土) 10:30～11:00

場 所 伊佐市立大口図書館

ブックスタート

日 時 2月25日(土) 11:00～12:00

場 所 伊佐市立大口図書館

【図書館へ献本】

榎田享子さん (駅前)	梶井澄子さん (朝日町)
福森美代子さん (目丸団地)	永山保雄さん (尾之上)
下野敏見さん (鹿児島市)	吉田七美さん (福岡県)
中園三宏さん (鹿児島市)	細縦良盛さん (ブラジル)

問い合わせ先

大口図書館(大口ふれあいセンター内)

☎0417

菱刈図書館(菱刈ふるさといきがいセンター内)

☎03000



『結いのまち』

くともに支えあう まちづくり

第2回



昔の人

世界最古の「集落」は、紀元前1万1500年頃の中東の国シリアにある考古遺跡で、人類最古の農業をしていたと言われています。約200人住んでいたといわれるその集落の人たちは、不安定な採集や狩猟に依存する生活から、協働で取り組む農業で食料の安定確保を図ったのではないのでしょうか。また命に関する多くの問題を抱えていた当時の人たちにとって、集落の形成は必然的だったのでしょうか。

現代の人

個人の生活を考えた時に、自治会活動や地域活動は煩わしいものと考えがちです。しかし、自分の住む地域が抱える課題に、取り組むための活動については、昔の人と同様に参加する義務があるともいえます。

地域のための消防団活動や防犯パトロールは、地域住民の生活を守る自衛活動として重要であり、

これらの活動に協力できる人材を確保することは大切なことです。

また、地域行事や伝統文化の継承を通じて、自然に生まれる世代を超えた住民の交流は、子どもたちには「地域への愛着」を、青年には「地域の誇り」を、そして高齢者には「生きがい」を与える活動として、継続していく必要があります。

街頭に立ち横断歩道の誘導をすすめる人、毎月2回の点検や防火を呼びかける消防団、花壇を整備する老人クラブや子ども会、防犯灯を維持管理する自治会の役員、地域行事を運営する青壮年、高齢者宅を訪問する福祉協力員、それぞれが役割を分担し、各々ができる範囲で地域に貢献することで、協働（結い）による住環境が維持されていくのです。



地域活動（牛尾校区）

コミュニティ通信

羽月校区コミュニティ ゴルフ・コンペ

日時 2月19日（日）※雨天決行
場所 インターナショナルゴルフリゾート京セラ
 9時30分までに集合
参加料 1,500円
プレー料金 8,000円（昼食代別）
懇親会会費 1,500円（場所：駅前公民館）
参加資格 羽月校区に住んでいる・働いている・出身・ゆかりのある人

申込・問い合わせ先

羽月校区コミュニティ協議会
 ☎②0335（月・水・金に限る）



- 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

NPOスタッフ進行のもと、それぞれの校区コミュニティ協議会で「校区まちづくり会議」が楽しみながら真剣に行われています。

会議には、役員に限らず多くの参加者があり、「地域にはこんな人やこんな団体があり、こんな活動をしている」など、お互いのことや、地域を知る機会となっています。そして、地域の課題や将来の目標などを語り合える協議の場となり、「校区振興計画」を創造する環境づくりが生まれつつあると感じます。

「地域づくりは、人づくり」とよく言われます。5年後、10年後の将来は、どんな地域でありたいかの方向性を見出し、校区の将来像を取入れた地域づくりを進めることは、今後の地域づくりに不可欠な「人づくり」につながっていくと思います。

「校区まちづくり会議」への積極的な参加やご支援をよろしくお願いいたします。

問い合わせ先

市企画調整課共生協働推進係

☎②1311④1127