

# こんにちは 保健推進委員会です。

6月6日に保健推進委員会の総会を開催し、新たに71人の保健推進委員が委嘱されました。

保健推進委員は、健康についての知識を広く普及し、市民の健康の保持・増進を図ることを目的に、各自治会より推薦を受け2年間の任期で委嘱しています。

昭和48年に発足し、その時代にあわせた健康づくり活動を行っています。現在の主な活動は、全体活動として、町民向けの研修会の企画や標茶町健康まつりへのスタッフ協力などがあります。また、町を7ブロックに分け、より身近な地域で健康づくりの啓発活動を行う地区活動もあります。具体的な活動として、各地区の酪農祭や文化祭に健康相談コーナーを持ち、血管年齢測定や脳年齢測定などの健康測定を行ったり、認知症予防のパネルを作成し展示した地区もあります。また、調理実習や体操教室などもブ

ロック単位で実施されています。

今年度も全体研修会の開催や各地区での健康相談コーナーなどさまざまな計画を立てておりますので、ぜひ皆さん参加してください。そして、健康づくりのために役立ててみてください。

## 今年度の役員

委員長	平野 順子	(茶安別地区)
副委員長	高橋 悦子	(御久沼地区)
会計	山崎 千博	(市街川東地区)
理事	廉澤加代子	(市街川西地区)
	吉田ミヨ子	(虹別・弥栄地区)
	大場 啓子	(磯分内・栄地区)
	吉田ミサ子	(阿塘地区)

## 昨年度の活動の様子



磯分内の文化祭にてパネル展示



視察研修でやすらぎ園を視察

## 犬の放し飼いはやめましょう ふんの後始末は しっかり行いましょう

犬のふんの不始末や放し飼いは、無駄ほえなどに対する苦情が寄せられています。

犬が嫌いな人や犬が放れているだけで大きな不安を感じる人もいます。鳴き声や臭いなど、飼い主が気付かなくても迷惑を感じている人がいるかもしれません。迷惑と想っていてこそ近所付き合いの遠慮から言いにくい場合もあり、飼い主が気を配ることが求められます。

犬と楽しく暮らすために、飼い主は次の点に気を付けて適正に飼育しましょう。

- ・犬が逃げ出さないようにしっかりとつなぐか柵に入れましょう。
- ・散歩に連れて行くときは袋などを携帯し、ふんの後始末は確実に行いましょう。
- ・無駄ほえをしないよう、犬が安心して過ごせる環境を整えましょう。

※無駄ほえの理由はいろいろありますが、特に自分の縄張りに人や他の動物が入っているときにほえることが多いので、玄関先や人・車の往来が多く落ち着かない場所での飼育は避けましょう。また、散歩をしていないとき、飼育場所が不潔のまま放置されているときにもストレスを感じてほえることがあります。

■問い合わせ／役場住民課環境衛生係（1階）  
③番窓口 ☎485-2111 内線125

# 生活豆知識

## クリーニング・オフはいつから数えますか？ その②



**質問** クリーニング・オフはいつから数えますか？

**回答** クリーニング・オフは、法律で定められた事項が書かれた契約書面（法定書面という）を受け取った日を初日として数えます。（連鎖販売取引は、法定書面を受け取った日、もしくは商品を受け取った日の、いずれか遅いほうを初日とします。）

例えば、「訪問販売でエルピーガスの契約を結びましたが、契約書はもらっていません。契約から10日がたっていますが、クリーニング・オフはできませんか？」という場合、本来は訪問販売のクリーニング・オフ期間は8日間ですが、法定書面を受け取らない限り、いつでもクリーニング・オフが可能です。

「解約はできない」などと業者に脅されたり、「この取引にはクリーニング・オフ制度はない」「商品を使用しているのでクリーニング・オフはできない」などと虚偽の説明をされて、消費者がクリーニング・オフを妨害された場合には、業者からあらためてクリーニング・オフができる旨を記載した書面を渡されてから一定期間を超えるまでは、クリーニング・オフができます。

**質問**

クリーニング・オフ制度のある取引形態であれば、どんなときでもクリーニング・オフができますか？

**回答**

「訪問販売」や「電話勧誘販売」では、営業のために結んだ契約や、3千円未満の現金取引、開封すると商品価値がほとんどなくなってしまう化粧品や健康食品などの政令指定消耗品（下記参照）を開封したり、使用したりした場合は、クリーニング・オフができません。ただし、消耗品であつても、業者が開封、使用させた場合や、契約書に消耗品を使用した場合にはクリーニング・オフができない旨の記載がない場合、クリーニング・オフをすることができます。

また、別の法律でクリーニング・オフ制度が設けられている取引などには、特定商取引法のクリーニング・オフ制度の適用ではなく、別の法律が優先される場合があります。

### 政令指定消耗品の一覧表

- ① 動物および植物の加工品でいわゆる「健康食品」などと呼ばれる「健康食品」など品を除く）
- ② 不織布、織物（幅13センチメートル以上）
- ③ コンドーム、生理用品
- ④ 防虫剤、殺虫剤、防臭剤、脱臭剤（医薬品を除く）
- ⑤ 化粧品、毛髪用剤、石けん（医薬品を除く）、浴用剤、合成洗剤、洗浄剤、つや出し剤、ワックス、靴クリム、歯ブラシ
- ⑥ 履物
- ⑦ 壁紙
- ⑧ 配置薬

「おかしい」「困ったな」と思ったときには、1人で悩まずお気軽に左記相談窓口へ問い合わせください。

### 相談窓口／役場企画財政課

商工労働係（2階⑩番窓口）  
☎ 485-2111 内線  
251）、釧路市消費生活センター（☎ 0154-2413000）

飲んで美味しい牛乳をさらに美味しく食べてもらいたい！

## 牛乳を食べよう！

～伊予かんを使ったレシピ～



J-milkホームページより提供



## 今月のレシピ 伊予かんのヨーグルトプリン

### 作り方

- ① オーブンを150度に温めておく。伊予かんは薄くスライスしたものを2枚取り、残りはしぼる。
- ② 牛乳を沸騰直前まで温め、火を止めてバニラエッセンス、伊予かんのしぼり汁を加える。
- ③ ボウルに卵とグラニュー糖を入れて泡立て器ですり混ぜ、ヨーグルトを加える。②を少しずつ加えながら混ぜ、こし器でこす。耐熱容器に流し入れてスライスした伊予かんをのせる。
- ④ オーブンの天板に並べて湯を張り、約30分焼く。

### 材料

（ココット型2個分）

- 伊予かん…… 1/2 個  
牛乳…………… 100ml  
バニラエッセンス…………… 1～2 滴  
卵…………… 1 個  
グラニュー糖… 25g  
プレーンヨーグルト…………… 75g

### One Point!

なめらかに仕上げるためには、卵を混ぜるときに空気が入らないよう、泡立て器をボウルの底に押し付けるようにして混ぜましょう。

# 長寿88歳

おめでとうございます

《平成25年3、5月該当》

掲載に同意いただいた方のみ掲載しています。

三上  
(阿歴内) 剛さん



木田  
(川上) キミ子さん



小泉  
(虹別) ハル子さん



## 検診車による 集団子宮頸がん<sup>けい</sup>検診のお知らせ

がんは死亡原因の1位で、今も増え続けています。

子宮頸がんは、子宮の入り口付近にできるがんで、ヒトパピローマウイルスという発がん性のウイルスが原因で発症します。女性であれば一生に一度は感染するありふれたウイルスですが、1,000人に1～2人ががんを発症すると言われていています。国内では年間約15,000人が発症し、平成22年には約5,900人が亡くなっています。過去20年で見ると20～30歳代に急増しており、発症のピークは30歳代後半です。(表1)



平成22年度の本町の子宮頸がん検診の受診率は25.2%で、全道の22.4%と比べやや高い結果でしたが、リスクの高い20～30歳代の受診者は例年少ない傾向です。検診車が来るこの機会に、どの年代の方も子宮頸がん検診を受診されることをお勧めします。また、がん検診推進事業無料クーポン券が送付された方は、ぜひこの機会に利用してください。

- 日時／9月17日(火)、時間は午前中を予定
  - 場所／ふれあい交流センター
  - 対象／20歳以上の女性で、昨年度受診していない方
  - 申込期限／8月30日(金)
  - 検診内容と料金／
    - ・子宮頸部がん検診…1,000円
    - ・経膈エコー検査(希望者のみ)…1,000円
- ※受診日に70歳以上の方、生活保護を受けている方は無料です。  
 ※今回都合がつかない方は、町立病院、釧路がん検診センターでも受けることができますので、問い合わせください。
- 申し込み・問い合わせ／ふれあい交流センター健康推進係(☎485-1000)

## 児童扶養手当 特別児童扶養手当

——▶ 現況届

現在、児童扶養手当、特別児童扶養手当を受けている方で、引き続き受給資格を有する方は現況届を提出してください。なお、受給要件がありながら申請していない方などは下記係まで問い合わせください。

- 届出期間／
  - ・児童扶養手当…8月1日(木)～30日(金)
  - ・特別児童扶養手当…8月12日(月)～9月10日(火)
- 申請窓口／役場住民課社会福祉係(1階②番窓口☎485-2111内線122)

○児童扶養手当とは…次のいずれかの条件に当てはまる児童(18歳に達する日以降の最初の3月31日までの間にある者)を監護している父または母、父母にかわって養育している人に支給されます。なお、児童が心身に一定の障がいがある場合は、20歳未満まで手当が受けられます。

- ①父母が離婚した後、父または母と生計を同じくしていない児童
- ②父または母が死亡した児童
- ③父または母が重度の障がいにある児童
- ④父または母の生死が明らかでない児童
- ⑤父または母から1年以上遺棄されている児童
- ⑥父または母が1年以上拘禁されている児童
- ⑦母が婚姻によらないで生まれた児童
- ⑧父母とも不明である児童

○特別児童扶養手当とは…身体や精神に一定の障がいがある満20歳未満の児童を養育する父または母、父母にかわって養育をしている方に支給されます。