

ヘルスマイト募集のお知らせ

「私たちの健康は私たちの手で」このスローガンのもと活動しているのがヘルスマイトです。全国組織のボランティア団体です。

ヘルスマイトは専門的な資格を持った指導者ではありませんが、自分たちの食生活や健康づくりの問題を持ち寄り、市町村と一緒に解決する方法を考えたり、食育劇の出前をしたり、食に関する行事でボランティア活動をしています。

去年は、食べ物が自分たちのからだを作っているということを学習し、健診結果と照らし合わせながら、糖の取り込みや、脂肪の取り込みのメカニズムなども学習しました。町の財政や医療費などの現状も知り、健康の大切さを考えていきました。

学習してきたことをまず自分たちの家庭で話したり実践し、近所の方々と立ち話や寄り合いなどの機会を利用し、広めていくという健康づくりのパイプ役です。

小さな子供たちのことから、介護の必要なお年寄りのことまで、いろんな食生活を考えています。あなたもヘルスマイトをしてみませんか？興味がある方は、役場 保健師、栄養士までご連絡ください。

【お問い合わせ先】 役場保健福祉課 ☎ 77-3614



クレジットカードのショッピング枠の現金化

借入れや返済でお悩みの方などに、「クレジットカードのショッピング枠を現金化できる」と誘う業者がいます。絶対に応じないでください。

- 一時的に現金が手に入っても、結局は返すあてのない借金を増やすだけです。
- 現金化に利用したクレジットカードは利用停止となるおそれがあります。
- 「入金されない」「キャンセルできない」などのトラブルも発生しています。

現金化の手口具体例

- ①消費者は業者が販売する商品を、クレジットカードを使って50万円で購入する。
- ②購入後、同じ業者が消費者から商品を40万円で買い取り、消費者は40万円を得る。
- ③後日、消費者はクレジット会社から50万円の購入代金を請求される。

この場合、消費者は業者から40万円得ることができそうですが、後日クレジット会社から50万円請求を請求されますので、10万円の借金となってしまいます。

詳しくは、消費者庁ホームページをご覧ください <http://www.caa.go.jp/credit/index.html>

不審に思ったり、被害にあった場合は…

相談内容	機関名	電話番号	相談時間
消費生活に関する相談	消費者ホットライン	0570-064-370	平日 9:00～12:00 13:00～16:00 土日祝日 10:00～16:00
	県消費者情報センター	088-623-0110	月～金曜日 8:30～17:00
	阿南市消費生活センター	0884-24-3251	月～金曜日 9:30～16:30 土日祝日年末年始休
	南部総合県民局美波庁舎	0884-74-7325	第1月曜/第3木曜日 10:30～15:30 (受付15:00まで)
	美波町役場	総務企画課 0884-77-3611 住民室 0884-78-2211	月～金曜日 8:30～17:15 土日祝日年末年始休
多重債務	法テラス	予約電話050-3383-5575 月～金曜日 9:00～16:00	月～金曜日 15:00～16:00(無料相談)