

今年も
始まります!

おりひめ健康ポイント

健康
ポイント

ずっと“かたの”もっと“かたの”元気で長生き!市民の健康づくりを応援します

「おりひめ健康ポイント」とは?

市民のみなさんが、自主的に健康づくりに取り組み、市全体の健康意識を高めていくための事業です。健康のまちづくりを進め、将来的には健康寿命で全国トップレベルをめざします。

【対象】20歳以上の市民(年度内1人1回)

【問い合わせ】健康増進課(TEL 893・6405)

おりひめ健康ポイントの参加方法

1 おりひめ健康ポイントカードをもらいましょう

ポイントカードは、広報6月号と一緒に配布します。また、6月から市役所、ゆうゆうセンター、青年の家、星田出張所、いきいきランド、市立幼稚園にも設置します。健康増進課ホームページからダウンロードもできます。

2 ポイントをためましょう

健康づくりに取り組み、おりひめ健康ポイントカードに記入しましょう。

【事業対象期間】7月2日～平成31年1月31日


①マイ健康プランを1つ決めて、3か月の間に30日実行で300ポイント獲得

例)①毎食、野菜を食べる ②就寝前3時間は食べない ③薄味にする ④1日〇〇歩、歩く など
※開始日は、6月1日以降から有効です。連続して行う必要はありません。

②健康診査を受診(30年2月分から対象です)で、ポイント獲得

例)がん検診・特定健診・職場健診・人間ドック・がん検診・歯科健診など(それぞれポイントがあります)

③ボーナスポイント:健康づくり事業参加や喫煙習慣(30年4月分から対象です)で、ポイント獲得

健康づくり事業は、広報で  マークがついている事業が対象です。

①・②・③で合計
600ポイント以上獲得

3 600ポイント以上たまったら、応募しましょう

おりひめ健康ポイントカードの、必要事項とアンケート欄に記入し、健康増進課窓口、応募箱または郵送、メール、ファクスで応募してください。窓口以外で応募された人には、参加賞を郵送します。

【応募期間】7月2日～31年1月31日

4 参加賞を獲得しましょう

コンビニなどで利用できる「QUOカード500円分」と、市内協力店で特典が受けられるおりひめ健康づくり応援カード「おりか」をプレゼントします。また、さらに参加者の中から抽選で、スペシャル賞をプレゼントします。スペシャル賞の発送は31年3月中に郵送でお届け予定です。

29年度
おりひめ健康ポイント
参加者の声



よしざきいづみ
吉崎淳子さん
(郡津在住)

今までも健康を心がけるようにはしていましたが、おりひめ健康ポイントに参加したことで、少しでも運動をするように、エスカレーターでなく階段を使うようになりました。健康は自分で管理をしていかないと、誰も助けてはくれないので、これからもがんばります。スペシャル賞にも当選し、スポーツタオルがもらえたので、とても得した気分になりました。

みなさんも簡単に取り組めるので、ぜひチャレンジしてみてください。

天の川七夕まつり各種募集案内

出店者募集

と き 7月28日(土)午後3時～9時30分(雨天の場合29日(日)に順延)
と ころ 私市駅前公園、私市水辺プラザ、星の里いわふね周辺、きさいち植物園(予定)

出店条件 次のいずれかの団体
 ・市内事業者(露店商を除く)
 ・あんどん、笹飾りなど飾り付けに協力できる団体
 ※設置を実行委員会に委託する場合は、別途2,000円が必要

出店料 1万円(テント貸出料、電設費用含む)

使用料 電気器具1台につき2,000円、プロパンガスボンベ(ホース付き)1基1,620円、
 机2台・いす5脚セット2,000円
 ※発電機やカセットコンロは使用できません。 ※応募多数の場合は抽選となります。

飾り付け団体募集

夜空の銀河が、交野の天野川に降ったような、灯火(ともしび)いっぱいのまつりとなるように、あんどん・ガラスキャンドルなどの飾り付けを行う団体を募集します。

※材料費として1万円程度の助成があります。

申し込み・問い合わせ 5月31日(木)までに、天の川七夕まつり実行委員会(TEL 892・4500)
 または地域振興課(TEL 892・0121)

※おわびと訂正

広報4月号9ページ、交野いきいきマルシェ内に誤りがありました。

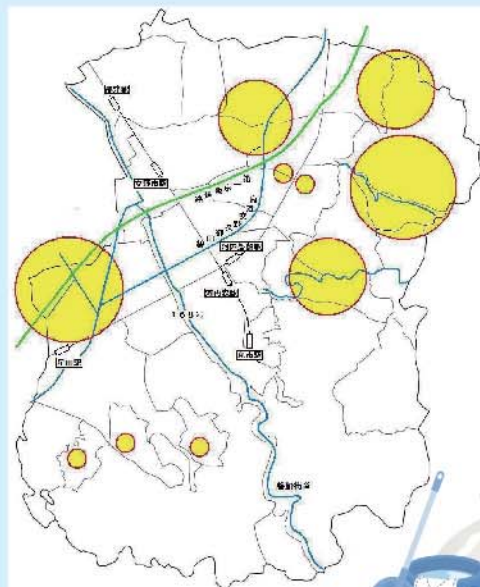
誤りは「ひらい鍼灸整骨院」で、正しくは「ひらい鍼灸整体院」です。おわびし訂正いたします。

5・30「ごみゼロの日」

市では全国不法投棄監視ウイークにあわせて、5月30日(水)午前から市内の不法投棄多発地域(農地部・山間部)でごみの一斉撤去を実施します。また不法投棄撲滅に向け、パトロールの強化や関係機関と連携をとり、ごみの早期発見・収集により不法投棄をさせない環境をつくり、不法投棄の防止対策に関する啓発活動も行いながら「美しいまちづくり」に取り組んでいきます。

29年度の不法投棄収集実績は、数量701点・重量4,451*。の不法投棄物の収集を行いました。また昨年10月からの「ごみの排出区分の変更と粗大ごみの一部有料化」に伴い、不法投棄が懸念されていた有料品目(指定品目や大きさ・長さ制限)については、収集量の約1%(34*。)にとどまりました。

問い合わせ 環境事業課(TEL 892-2471)



不法投棄発生地域図



収集した不法投棄物



山間部パトロール



不法投棄現場



不法投棄現場



収集作業現場

5月は消費者月間です

ともに築こう豊かな消費者社会 ～誰一人取り残さない～

複雑化する社会において、消費者トラブルも多様化・深刻化しており、消費者が消費者被害・事故に遭わないよう、消費者自らが社会的課題に目を向け、その解決に向けて行動することが重要です。

消費生活センターでは、悪質商法による被害や事業者との契約トラブル、商品事故の苦情など身近な消費生活に関する相談を受け、解決のための助言や各種情報の提供を行っています。また、消費生活相談員による消費問題や消費者トラブルを防ぐための出前講座なども実施しています。お気軽にご相談ください。



相談時間 午前9時30分～午後4時

(年末年始、祝・休日、正午～午後0時45分までを除く)

ところ ゆうゆうセンター1階 消費生活センター

申し込み・問い合わせ 消費生活センター
(TEL 891・5003)

詐欺被害に遭わないために

事業投資への勧誘、身に覚えのないはがきやメールによる架空請求、過去に被害に遭った人が再び被害に遭う「二次被害」などの相談を受けています。詐欺被害に遭わないためには「安易な儲け話には手をださない」、「一人で判断しない」、「信用できる人に相談する」などを心がけましょう。



司法書士と考える高齢者施設の選び方

さまざまな形態の高齢者施設が増えていく中で、どのような高齢者施設が良いのか、施設見学時の注意点や入居検討の際に確認しておくことなど、司法書士の立場から施設の見極め方についてセミナーを実施します。

と き 5月29日(火)
午後1時30分～3時30分
(午後1時から受付開始)

講 師 せんり中央司法書士事務所
司法書士 ほり やすお 堀泰夫さん

ところ ゆうゆうセンター4階 多目的ホール

対象者 交野市民および興味・関心のある人

定 員 80人

費 用 無料

申し込み・問い合わせ

5月15日(火)までに地域包括支援センター
TEL 893・6426 FAX 895・1192

※手話通訳・要約筆記が必要な人は予約時にお伝えください。

消費者相談

2か月先の宿泊予約キャンセルなのに、キャンセル料50%!



Q 夏休みに海外旅行をすることになり、最安値を宣伝しているサイトから、2か月先の宿泊予約をしました。翌日、仕事の都合で、1週間後の宿泊に変更の連絡をしましたが、「変更不可。1週間後の日にちで新たな申し込みとなり、昨日の予約分には、50%のキャンセル料が発生する。」との回答がありました。2か月先の宿泊予約なのに、納得いきません。

A 相談者が最初にアクセスしたのは、ホテル検索サイトで、その利用規約には「予約は外部サイトで行われ、当社は旅行の手配会社や、利用者の契約当事者ではない。利用者は、予約サイトの契約条件に拘束される。」との記載がありました。相談者が実際に予約したホテルの利用規約が、変更不可・キャンセル料50%であれば、それに拘束されることとなります。

助言

国内の宿泊施設であっても、解約料が法律で決まっているわけではありません。ただ、あまりにも高額であれば、消費者契約法で「解約料条項は無効」の主張余地はあります。

海外サイトの宿泊予約の場合には、日本の消費者契約法が必ず適用されるとは限りません。変更不可を条件に、格安で提供するケースは少なくありません。予約時には、利用規約をしっかりと確かめましょう。