

生活情報センターだより



ダイエット薬は糖尿病薬？ オンライン診療に注意！

【事例】 SNSにダイエットのオンライン診療の広告が出てきた。オンライン診療を受ければダイエット薬を自宅に届けるという内容だった。診療予約はネットでを行い、氏名、電話番号、生年月日、身長、体重、最近の入院歴を問われた。昨年入院したが、最近ではないので入院歴は入力しなかった。予約日時にオンラインで受診すると、医師から糖尿病治療薬を強く勧められた。既往症や飲んでいる薬についての確認はなかった。3カ月分8万円のコースを選び、支払った。昨年入院しており、主治医にオンライン診療で処方された薬のことを相談したら止められた。そこで薬のキャンセルを申し出たが、「キャンセルできない」と言われた。(50歳代・女性)

【アドバイス】 糖尿病治療薬（GLP-1受容体作動薬およびGIP/GLP-1受容体作動薬）が瘦身目的で使われていることがありますが、これらの薬に関する瘦身等を目的とする不適正使用については安全性と有効性は確認されていません。薬の副作用などについて説明を求め、慎重に検討しましょう。また、数カ月分の薬を契約して途中でやめたくなくても中途解約することは難しいと考えられます。契約に不安を感じたり、トラブルになったりした場合は、生活情報センターにご相談ください。もし副作用等の症状が出た場合には、すぐに医療機関を受診してください。

生活情報センター (☎983-8400、FAX983-8401)

▶出張がん個別相談

日時 4月9日(火)、5月14日(火)、6月11日(火)各日、午後1時30分～3時30分※要予約。相談無料。
場所 山城北保健所(宇治市宇治若森7-6)

その他 京都府がん総合相談支援センターでは、平日(祝日、年末年始を除く)の午前9時～正午、午後1時～4時に、電話相談や対面面談を実施しています

☎・☎実施日の前日までに、電話で京都府がん総合相談支援センター(☎0120-078-394、平日の午後4時まで)へ

▶第2回 遊びながら環境を考える 三世代交流イベント ～どうする気候変動！～

リサイクル工作体験や環境について考える遊びなどを通して楽しみながら、地球温暖化や気候変動について学びませんか。

日時 3月31日(日) 午前10時～午後3時※参加費無料。

場所 文化センター小ホール

定員 350人

その他 駐車場はございませんので、公共交通機関でお越しください
☎NPO法人22世紀八幡ルネッサンス協会(☎981-6505)

<寄贈> 1月25日、河原崎順子さまの相続人から、市史研究の基礎資料として役立ててほしいと、古文書や日記類など歴史資料多数。市に<寄贈>をいただきました。ありがとうございます。

▶自衛官募集

募集種目 1 幹部候補生(第1回) (①一般<大卒程度>、②一般<院卒者>、③歯科・薬剤科)、2 幹部候補生(第2回) (一般<飛行要員除く>、歯科・薬剤科)、3 一般曹候補生(第1回)、4 自衛官候補生
受付期間 1 3月1日(金)～4月12日(金)、2 4月24日(水)～6月13日(木)、3 3月1日(金)～5月7日(火)、4 年間を通じて実施
試験日(1次) 1 ①・② 4月20日(土)・21日(日)、③ 4月20日(土)、2 6月22日(土)、3 5月17日(金)～20日(月)、4 受付時にお知らせ
☎応募資格など、詳しくは自衛隊宇治地域事務所(☎0774-44-7139)

▶本妙寺 ひな祭り手づくり市 開催

ストリートライブ出演希望者・出店希望者を募集。詳細は右記QRコードからInstagramグラムをご覧ください。

日時 3月3日(日) 午前9時～午後4時※出演料無料。

場所 本妙寺境内(八幡城内34) ※石清水八幡宮駅から徒歩約8分。

☎・☎やわた萌える会(T614-8038 八幡園内31-4、☎090-3162-8560、FAX981-0570、メール:yawata.moeru.kai@gmail.com)へ

■八幡市 SNS 公式アカウントのお知らせ

市 SNS 公式アカウント (Instagram、LINE、X(旧Twitter)、YouTube) では、市政情報や季節ごとの市の魅力など、さまざまな情報を発信しています。

発信内容は、1面の右下に掲載している各QRコードを読み込むとご覧いただけます。

ぜひ、フォローや友だち登録をお願いします。

☎秘書広報課(☎983-1087)

生活

▶し尿収集日程のお知らせ

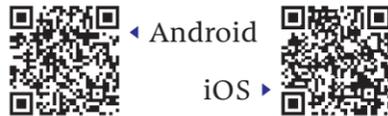
間城南衛生管理組合 ☎631-5171 FAX631-6011

3月の収集日 収集地域

3月5日(火)、27日(水) 橋本、八幡(高坊、平ノ山、大谷)
3月7日(木)、29日(金) 八幡(森垣内、名残、双栗)、川口(高原を含む)、下奈良、上奈良
3月11日(月)、4月2日(火) 八幡(今田、園内、三本橋、馬場、三ノ甲、長田、石不動、軸、岸本、東林、柿木垣内、小松、河原崎、清水井、広門、植松、三反長、隅田口、山下、久保田、月夜田、土井、吉野、山路、源氏垣外、平谷)
3月12日(火)、4月3日(水) 内里(荒場、河原、女谷、西山川、砂島除く)
3月14日(木)、4月5日(金) 内里(荒場、河原、女谷、西山川、砂島)、戸津、美濃山、八幡(山田、一ノ坪、福祿谷、南山、水珀)
3月18日(月)、4月9日(火) 野尻、岩田、上津屋
3月22日(金)、4月12日(金) 八幡(林ノ元、池ノ首、カイトリ、焼木、在応寺、長町、科手)

▶八幡市ごみ分別アプリ

ごみ出しの曜日や分別、ごみの出し方についてのQ&Aなどが見られる便利なアプリです。下記QRコードからダウンロードできます。



☎環境業務課(☎983-5340)

▶大型ごみの持ち込み

1日5点まで(すべて有料)

【祝日】3月20日(水・祝) 午前9時～正午

※戸別収集は取り扱っていません。

【平日】月曜日～金曜日、午前8時30分～午後4時30分

※戸別収集は要予約。

場所 市役所東側別館環境事務所 ☎環境業務課(☎983-5340)

▶食用廃油の回収日程表

☎環境業務課(☎983-5340)

13日(水) 上奈良・下奈良・上区・中区・内里・三区公会堂、石清水ビューハイツ・双栗・五区集会所、川口天満宮前、市役所旧庁舎東側、八幡人権・交流センター、八幡御馬所20番地、南山小西側、柿ヶ谷集会所、八幡福祿谷114番地、福祿谷公園
15日(金) 長町北・樋ノ口集会所、長町児童公園、八幡長町11番地、橋本公民館、橋本栗ヶ谷26番地、ひつじ・やぎ公園、足立寺史跡公園

※回収日の午前8時までにしてください。

※食用廃油用回収箱を各箇所に設置していますので、食用油の元の容器またはペットボトルに入れてください。

※回収場所が分からない人はお問い合わせください。

図書館コーナー

図書館へのお問い合わせは
◆八幡市民図書館(☎982-7322)
◆男山市民図書館(☎982-4123)

▶3月の図書館休館日

八幡市民図書館
1日(金)、4日(月)～8日(金)、15日(金)、20日(水・祝)、22日(金)、28日(木)、29日(金)
※4日(月)～7日(木)は蔵書点検のため、休館します。

男山市民図書館
4日(月)、11日(月)～15日(金)、18日(月)、21日(木)、25日(月)、28日(木)
※12日(火)～15日(金)は蔵書点検のため、休館します。

NEW BOOK 新着図書紹介 ▶
【児童図書】〈科学の本〉
『わかる 読める!! 難読漢字大図鑑』

青山 由紀/監修 国土社
「海月」と書いて「くらげ」など、「難読漢字」をテーマごとに集めた大図鑑。小学校中学年から。



▶自動車文庫の巡回日程

午後1時に警報発令時は運休。なお、注意報発令時は、天候により巡回しない場合もあります。

30分間停車します	
3月12日(火)	
内里(有智郷市民公園)	14:00～
上津屋里垣内(四季彩館)	14:40～
八幡長町・北(7組ロータリー)	15:30～
橋本栗ヶ谷(メロディハイム希望ヶ丘前)	16:20～
3月13日(水)	
男山石城(地域包括ケア複合施設YMBT)	13:20～
岩田岩ノ前(石田神社御旅所)	14:10～
橋本あらかし公園(西入口)	15:00～
西山足立(橋本児童センター)	15:40～
橋本西山本(橋本橋東側)	16:20～
3月18日(月)	
橋本塩釜(島岡歯科医院前)	13:40～
南ヶ丘児童センター	14:20～
八幡山田(しののめ公園)	15:00～
美濃山幸水(幸水集会所)	15:40～
子ども・子育て支援センター(すくすくの杜)	16:20～
3月19日(火)	
南ヶ丘保育園	14:10～
美濃山御幸(みゆき南公園)	14:50～
ファインガーデンスクエア(ウエストエントランス)	15:30～
男山笹谷(D19棟南側)	16:30～
3月26日(火)	
岩田松原(魚清前)	13:10～
ケアハウスポポロ21	14:00～
八幡長町・南(児童遊園)	14:50～
八幡樋ノ口(今井氏宅前)	15:30～
3月27日(水)	
下奈良今里(有都交流センター)	14:10～
川口(まつむし児童公園)	14:50～
有都小学校	15:30～
美濃山小学校	16:20～

困ったときは ご相談ください

※日時や会場が変更される場合があります。詳細は担当課へお問い合わせください。

弁護士相談

【電話予約制、先着8人】

相続・離婚・金銭問題・借地・借家・近隣トラブル・交通事故等の法律相談に弁護士が応じます。時間はいずれも午後1時15分～4時です。1人20分。

相談日	場所	予約開始日
3月5日(火)	文化センター2階会議室1	2月27日(火)～
3月12日(火)	文化センター2階会議室1	3月5日(火)～
3月19日(火)	生活情報センター	3月12日(火)～
4月2日(火)	文化センター2階会議室1	3月26日(火)～

※予約は、午前9時から電話で生活情報センター(☎983-8400)へ。利用される人は前回の利用から少なくとも2カ月の間隔を空けてください。

司法書士相談

【電話予約制、先着5人】

土地建物、登記、契約、相続、消費者金融問題等の法律相談に応じます。時間は午後1時30分～4時です(相談時間は1人30分)。

▶3月28日(木)文化センター2階会議室1 ※予約は21日(木)午前9時から電話で生活情報センター(☎983-8400)へ。利用される人は前回の利用から、少なくとも2カ月の間隔を空けてください。

行政書士相談

一般相続、遺言、官公署への許認可、各種契約書等の書類作成や成年後見制度に関する相談に行政書士が応じます。時間は午後1時30分～4時です。お問い合わせは市民協働推進課(☎983-5749)へ。※予約不要。

▶3月7日(木)文化センター2階会議室1

行政相談

国や府、市などの行政に関する苦情や意見・要望を受け付けます。時間は午後1時30分～4時です。お問い合わせは市民協働推進課(☎983-5749)へ。※予約不要。

▶3月15日(金)文化センター2階会議室1

ふれあい福祉相談

福祉に関する相談に応じます。まずは、お電話ください。ふれあい福祉センター(☎・FAX983-2000)

【常設相談】月曜～金曜日 午前9時～午後5時 社会福祉協議会(時間外の夜間・休日は留守番電話またはFAXで受け付けます)

【出張相談】火曜、木曜、金曜日(祝日除く)午前10時～正午、八寿園

こんな時には 届出が必要です

国民年金(基礎年金)は、国内に住む20歳以上60歳未満のすべての人が加入しなければなりません。退職等により被保険者種

退職(失業)時の特例免除

厚生年金に加入していた人が退職(失業)すると、国民年金の加入手続きを行い、国民年金保険料を納めることになります。ただし、保険料を納めることが経済的に困難である人は、申請によって保険料の納付を免除される制度があります。

通常の特例免除は、申請者本人・配偶者・世帯主の所得が基準の範囲内である必要がありますが、退職(失業)時の特例免除は、退職した人の所得を除外して審査します。この制度は、退職(失業)した前

国民年金からのお知らせ

別が変わったときには届出が必要です。

被保険者種別変更届

- 会社を退職したとき 60歳までに退職し、厚生年金保険や共済組合の被保険者でなくなったとき
- 配偶者が退職したとき 配偶者

月から翌々年6月までの期間に限り利用できます。

特例免除を申請する場合は、免除申請書に雇用保険受給資格者証や雇用保険被保険者離職票等の公的機関の証明書の写しを添付して提出してください。

産前産後期間の国民年金 保険料免除制度について

産前産後期間の免除制度は、国民年金第1号被保険者が出産をした際に、出産前後の一定期間の国民年金保険料が免除される制度です。産前産後期間として認められた期間は、保険料を納付したもの

が退職し、会社員や公務員などの被扶養配偶者でなくなったとき(配偶者が65歳に達したときを含む)

●収入が増え、被扶養配偶者でなくなったとき 収入が増え、会社員や公務員などの被扶養配偶者でなくなったとき

として、老齢基礎年金の年金額に反映されます。

【対象者】 出産日が平成31年2月1日以降の方。

※出産とは、妊娠85日以上の出産(死産、流産、早産含む)です。

【免除される期間】 出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間(多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3カ月前から6カ月間)。

【届出方法】 出産予定日の6カ月前から届出可能。届出には、基礎年金番号通知書(年金手帳)・親子(母子)健康手帳等の出産(予定)日が確認できるものを持参し、市役所で手続きをしてください。

〒604-8601 京都市南区南九条 国民年金課(☎644-1165)、国保医療課国保年金係(☎983-2594)

人権相談

人権に関わる相談やいろいろな悩みや人権擁護委員が応じます。時間は午後1時～4時です。

▶3月11日(月)▶25日(月)八幡人権・交流センター(人権政策課)※電話相談も受け付けます。(☎981-3127)

女性相談

恋人や親しいパートナーからの暴力、ストーカー、セクハラなどの女性問題について相談に応じます。場所は八幡人権・交流センター(人権政策課)です。

【専門相談】(要予約、先着3人) ▶3月14日(木)▶28日(木)午後1時30分～4時30分、詳しくは同センター(☎983-1784)へ

【一般相談】月曜～金曜日(祝日、年末年始除く)午前10時～正午・午後1時～5時※受け付けは当日の午後4時まで。

くらしと仕事の相談

経済的に困りの人やご家族からの生活、仕事などの相談に専門の相談員が応じます。月曜～金曜日(祝日除く)午前8時30分～午後5時15分、生活支援課(☎983-1138)

京都ジョブパーク個別就職相談 サポステ京都南個別就労面談

専門相談員が求職者等の就職を支援します。時間は午前10時～午後3時。※事前予約制です。予約は商工観光課(☎983-2853)まで。

▶3月21日(木)市役所4階会議室4-3、4-4

消費生活相談

消費生活全般に関わる相談に公的資格を持つ専門相談員が応じます。月曜～金曜日(祝日除く)午前9時～正午・午後1時～4時30分、生活情報センター(☎983-8400)

児童虐待の通告について

月曜～金曜日 午前8時30分～午後5時15分、家庭支援課(☎983-3148)

※府宇治児童相談所京田辺支所(☎0774-68-5520)でも対応します。 ※土日祝日、夜間の緊急時は児童相談所虐待対応ダイヤル(☎189)へ。

家庭児童相談室

子どものことで心配なことがあれば一緒に考え、助言をします。月曜～金曜日(祝日除く)午前8時30分～午後5時15分、家庭支援課(☎983-3148)

母子父子家庭相談

母子・父子家庭の相談に応じます。月曜～金曜日(祝日除く)午前9時～正午・午後1時～5時、家庭支援課(☎983-1112)

障がい者(児)相談

障がいのある人やその家族からの相談に応じます。時間は午後1時30分～3時30分。お問い合わせは障がい福祉課(☎983-2129)へ。

▶3月7日(木)市役所2階会議室2-3。対象は肢体・視覚障がい者

介護相談

高齢者の介護やひとり暮らし高齢者の相談と情報を提供します。

【地域包括支援センター】(月曜～土曜日<祝日除く>午前9時～午後5時)やまばと(☎982-8000)、梨の里(☎982-0125)、美杉会(☎971-3576)、有智の郷(☎972-1000)

※在宅介護支援センター京都八勝館(☎982-3883)、京都ひまわり園(☎983-8111)でも相談できます(日時は地域包括支援センターと同じ)。 ※問い合わせ先が分からない場合は高齢介護課(☎983-5471)へ。

ひきこもり相談窓口

ひきこもりで悩んでおられる人やご家族からの相談に応じ、必要とする支援を紹介します。専門の支援員がご自宅などに訪問することもできます。月曜～金曜日(祝日除く)午前8時30分～午後5時15分、生活支援課(☎983-1138)

年金相談

【電話予約制】 完全予約制。年金相談を希望される人は、事前に下記へ予約してください。先着順。

▶4月26日(金)午前10時～午後3時、文化センター3階講習室1 ※予約は3月26日(火)午前8時30分から電話で受け付けます。

予約先 京都南年金事務所お客様相談室(☎644-1165) ※音声ガイダンスの案内が流れたらキーの「1」を押し、次の音声ガイダンスが流れたら「2」を押ししてください。

短 信

▶さくらであい館 7thバースデイ感謝祭

①さくら色ライトアップ

日 時 3月2日(土)～4月7日(日) 午後5時～9時 ※駐車場の夜間開放は行いません。

②春のフォト刺繍展

日 時 3月2日(土)～17日(日) 午前9時～午後5時

③林サヨコ創作キルトの世界展

日 時 3月2日(土)～17日(日) 午前9時～午後5時

④ふれあいコンサート～7thバースデイ感謝祭Ver.～

日 時 3月3日(日) 午前10時30分～午後3時10分、4日(月) 午前11時～午後1時40分

場 所 さくらであい館 園庭川河川公園さくらであい館(☎633-5120)