

大竹会館・大竹支所 停電のためお休みします。

問い合わせ 生涯学習課 ☎53-6677

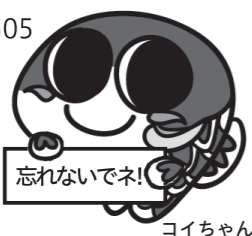
大竹会館改築（電気）工事のため、臨時休館します。全館停電のため支所業務も行いません。

12月8日(日) **12月12日(木)(予備日)**

なお、工事の進み具合によっては、臨時休館日が変更となる場合があります。

国民年金保険料の 納め忘れはありませんか

問い合わせ
広島西年金事務所 ☎082-535-1505
岩国年金事務所 ☎24-2222
保健医療課 ☎59-2141



コイちゃん

平成31年度（令和元年度）の国民年金保険料額は1カ月1万6410円です。納めた保険料は全額、「社会保険料控除」の対象となり、税金の負担が軽減されます。まだ納付していない方は、お近くの金融機関、またはコンビニエンスストアなどで納付してください。国民年金保険料の納付が困難なときは、国民年金には、所得によって保険料納付が免除される制度や猶予される制度があります。納付が困難だからといってそのままにせず、必ず保健医療課で手続きをしてください。なお、保険料免除などに承認された期間（多段階免除承認期間）にお

「有害鳥獣対策のスヌメ」
第3回は、都合により
1月号に掲載する予定です。

障害がある方で就労を希望する方の相談を受け付けます。予約制のため、事前に電話で申し込んでください。

障害者 就労相談



とき 12月12日(木) 10時～12時 ところ 市役所
申し込み/問い合わせ 広島西障がい者就業・支援センターもみじ ☎0829-34-4717

消費者 シリーズ No.223

健康食品の摂取による 肝障害に注意

問い合わせ
消費生活センター（産業振興課内） ☎5732336
【相談日】火・金曜日（祝日・年末年始を除く）
9時～12時・13時～16時

【事例】
だるさが続き、皮膚も黄色っぽくなっていたため病院に行った。血液検査をすると、肝臓や胆道の病気の变化を示す値が上昇していた。2、3カ月ほど前から、3種のサプリメントを摂取していたが、中止したところ、これらの値は減少した。サプリメントに対する反応を調べる血液

検査でも全て陽性となり、薬物性肝障害と診断され、1カ月ほど入院となった。（70歳代/女性）
○健康食品の摂取により、まれに薬物性肝障害を発症することがあり、重症化するケースも報告されています。多くは自身の体質によるもので、誰でも発症する可能性があります。

ります。
○健康食品を摂取して、倦怠感、食欲不振、発熱、黄だん、発疹、吐き気・おう吐、かゆみなどの症状が続く場合は摂取をやめ、速やかに医療機関を受診しましょう。
○受診する際は、健康食品やそのパッケージを持参し、医師へ正確に情報を伝えましょう。
○健康食品は、あくまで補助的なものです。安易に健康食品で栄養の偏りや生活の乱れを解決しようとせず、まずは日頃の食事、運動、栄養に気を配りましょう。
（国民生活センター発行「見守り新鮮情報307号」より）

て一部納付がない期間は除かれませんが、老後に年金を受け取るための資格期間に含まれるだけでなく、万一の時に、障害基礎年金や遺族基礎年金を受け取る資格期間にも含まれます。
また、失業された方は、離職票や雇用保険受給資格者証等を添付すれば、前年の所得に関係なく免除される特例もありますので、必ず相談してください。

福祉の とびら No.82

障害者 差別解消法

問い合わせ 福祉課 ☎59-2146

12月3日(火)～9日(月)
—障害者週間—

私たちの社会には、さまざまな人が暮らしています。そして、誰もが同じように生活する権利を持っています。

しかし、障害のある人は、差別や障壁によって権利利益が侵害されることがあります。

平成28年4月1日に「障害者差別解消法」が制定されました。この法律が目指すのは、障害を理由とする差別の解消を推進し、全ての国民が障害の有無で分け隔てられることなく、お互いに人格と個性を尊重し合いながら共生する社会の実現です。この法律では、行政機関や民間事業者などによる「不当な差別的取り扱い」と「合理的配慮をしないこと」が、差別になります。例えば、「障害がある」という理

由だけで「スポーツクラブに入れない」、「アパートを貸してもらえない」、「お店に入れない」場合などは、障害のない人と違う扱いを受けているので、「不当な差別的取り扱い」であると考えられます。ただし、過重な負担となる場合などは、「不当な差別的取り扱い」にならないこともあります。

合理的配慮をしない
「聴覚障害者に声だけで話す」、「視覚障害者に書類を渡すだけで読みあげない」などです。障害のない人にはきちんと情報を伝えているのに、障害のある人には情報を伝えていないことになり、障害者が困っているときに、その人の障害に合った必要な工夫ややり方を相手に伝えて、それをしてもらうことを合理的配慮といえます。

障害者差別解消法Q&A

◎日常生活の中で個人的に障害者と接するような場合も、対象になるのですか。

▲この法律では、一般の方が個人的な関係で障害者と接するような場合は、対象にしていません。

◎雇用における障害者に対する差別も、この法律の対象になるのですか。

▲雇用分野の差別は、相談や紛争解決の仕組みを含め、障害者雇用促進法によります。

おたけごみ事情 No.17

食品ロス大国ニッポン 643万トがごみに

問い合わせ 環境整備課リサイクルセンター ☎5251001

食品ロスを減らしましょう

手つかず食品や食べ残しなど、本来食べられるのに廃棄される食品を「食品ロス」といいます。

日本では、年間約643万トンの食品ロスが排出されています。大竹市でも家庭から出されるもやすごみのうち、食べ残しや手つかず食品などの「食品ロス」が12%程度あります。

一人一人ができることから行動し、「食品ロス」を減らしていきましょう。

おいしく「食べきり」を
実践しましょう

宴会やパーティでは、料理を楽しんで食べる時間を作りましょう。

例えば、乾杯後の30分間は、提供された出来たての料理に集中して食べたり、お開き前の10分間は食べ残しをしないよう、幹事さんが声を掛けたりするなど、料理を食べきるようになりましょう。

「賞味期限」と「消費期限」を
正しく理解しましょう

「賞味期限」は、おいしく食べることが出来る期限のことです。この期限を過ぎても、すぐに食べられない

毎月第一土曜日は「ひろしま環境の日」です。

「ひろしま環境の日」一斉行動

12月のテーマ

やってみよう省エネ生活!
～できるだけ階段を利用しよう～



家庭で、職場で、できることから始めましょう。

環境整備課 ☎59-2154