

人権クロスワードパズルに挑戦!

ヨコのカギ

- カーニバルで有名。ブラジルを代表する音楽
- かけがえのない〇〇〇、大切にしよう。
- 千支(えと)の12番目の動物
- 四季のひとつ。もっとも寒いのは?
- 恩を〇〇で返すことはやめましょう
- 湖国の特産品、フナ〇〇
- ブルーは青色、レッドは赤色、グリーンは何色?
- スポーツの祭典。2020TOKYO
- さあ、どちらが勝つか。〇〇引き
- 牛乳、砂糖、卵の黄身などを混ぜ合わせて凍らせた食べ物

12月4日～10日は「人権週間」です。クロスワードパズルに挑戦しながら、今一度人権について考えてみませんか。

ア～カを並びかえ、□にあてはまる言葉を作ってください。正解者の中から抽選で記念品(図書券)をお贈りします。

【応募締切】 12月9日(金) ※必着
ハガキに答えと、住所・氏名・年齢および人権について何かひと言を書き添えて、下記までお送りください。

■応募・問合せ先
〒526-0031 八幡東町253-4
大津地方法務局長浜支局内 長浜人権擁護委員協議会
「人権クロスワードパズル係」あて
(☎62-0565)
※ご記入いただいた住所・氏名等は、その他の目的には使用しません。

【こたえ】

障害者や高齢者に優しい□□□□□□社会の実現を目指しましょう。

1		2	3	4	
		5	6		
7	8	9	10		
	11	12	13	14	
15		16			
		17			18
19					

- ### タテのカギ
- 紙幣や硬貨を入れて持ち歩くもの
 - 米原市醒井。清流に咲く「〇〇カモ」に癒されます
 - 「三献の茶」で秀吉に引き立てられた湖北の武将
 - 金銭を贈るときに使つ〇〇袋
 - 大洪水、人や動物を乗せた〇〇の方舟
 - 狭い道路、笑顔で〇〇〇〇〇
 - コツコツとよく働く虫
 - 武道の極意は、〇〇・技・体
 - 食欲の秋、スポーツの秋、〇〇書の秋
 - 氷を割る道具、アイス〇〇〇
 - 案ずるより〇〇が易し

女性の人権ホットライン ☎0570-070-810

強化週間 11月14日(月)～20日(日)
平日8時30分～19時/土日10時～17時

夫・パートナーからの暴力やストーカー行為、職場等におけるセクシャル・ハラスメントなど、女性をめぐる様々な人権問題について、人権擁護委員・法務局職員が話をうかがいます。ひとりで悩まず、気軽にお電話ください。※通常は平日(8時30分～17時15分)のみ

☎ 大津地方法務局人権擁護課 (☎077-522-4673)

11月12日～25日は、「女性に対する暴力をなくす運動」期間です

配偶者等からの暴力、性犯罪、売買春、セクシャル・ハラスメント、ストーカー行為等、女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害するものであり、決して許されるものではありません。

この運動期間をきっかけに、女性に対する暴力について考え、暴力のない社会づくりをすすめていきましょう。

☎ 市人権施策推進課 (☎65-6560)



女性に対する暴力根絶のためのシンボルマーク

国民年金保険料控除証明書を発行します

☎ 彦根年金事務所国民年金課 (☎0749-261114)

国民年金保険料は、所得税および住民税の申告において、全額が社会保険料控除の対象となります(その年の1月1日～12月31日までに納付した保険料)。この社会保険料控除を受けるためには、支払ったことを証明する書類の添付が必要です。

今年1月から9月に国民年金保険料を納付した人には、日本年金機構から11月上旬に「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されます。年末調整や確定申告を行う人は、大切に保管してください。また、10月から12月に今年はじめて国民年金保険料を納付した人には、来年の2月上旬に送付されます。

控除証明書が届かない場合または紛失された場合は、彦根年金事務所まで再発行の手続きをしてください。
ねんきん加入者ダイヤル(再発行専用)
☎0570-0031004

11月27日(日)は ゴミの持込みが可能です

☎ 環境保全課 (☎65-65113)

クリスタルプラザ、クリーンプラントおよび伊香川リーンプラザでゴミの持込みを受け付けていますので、ご利用ください。

◆受付時間(各施設とも)

8時30分～12時、13時～16時30分

◆次回の持込み受付予定日

12月29日(木)、30日(金)

11月8日は「15歯の日」

☎ 健康推進課 (☎65-7759)

口の中だけでなく 全身の健康に影響を及ぼす歯周病

市が過去5年間(平成23～27年度)に実施した歯周病検診の結果から、加齢とともに歯周病にかかっている人の割合が増えていることがわかりました。歯周病は歯を失う最大の原因です。自分の歯が少なくなると噛む力が減り、軟らかい食品を選ぶことで早食いや過食となり肥満につながります。

また、常に歯周病をわずらっている歯周病菌が血液中に入り込み、糖尿病の悪化や心臓病を引き起こす原因になる場合があります。

- ### ◆歯周病予防のポイント
- 口内の状態に適した歯ブラシや歯間ブラシなどを使っていていねいに磨く。
 - 食事はよく噛んで食べる。(ひと口30回)
 - かかりつけの歯科医院で定期検診を受け、必要に応じて歯石除去やむし歯の治療、入れ歯の調整などを受ける。
 - たばこは吸わない。



問合せ

健康推進課 (☎65-7759)

認知症になっても安心して暮らせるまちをめざして

☎ 高齢福祉介護課 (☎65-7841)

認知症講座

認知症を正しく理解し、自分にできることを考えてみませんか。参加費は無料です。

【とき】 11月19日(土) 14時～16時

【ところ】 高月支所(高月町渡岸寺)

【内容】

講座「認知症は身近な病気です。認知症を知ることから始めませんか?」

セフィロト病院認知症疾患医療センター

医師 板東 宏樹氏

【申込み】 11月15日(火)までに電話で担当課まで。

認知症の人とその家族と一緒に歩む市民のつどい

認知症になっても、地域で支えあい、安心して暮らせるまちづくりを一緒に考えませんか。申込不要です。

【とき】 11月27日(日) 13時20分～(12時開場)

【ところ】 虎姫文化ホール(宮部町)

【内容】

○講演「認知症でも大丈夫!地域でつながりあって、もっと楽に、楽しい日々を」

認知症介護研究・研修東京センター 研究部長

永田 久美子氏

○活動報告 認知症デイサービスさくら番房

コミュニティカフェはーとらんど

認知症の人を支える家族の会

(いぶきの会)

その他、認知症予防体操(ヨガニサイズ)体験、個別相談(認知症や介護について)