

各種相談

年金相談

1月11日 9時30分～12時、13時～15時30分
美祢市役所 3階
予約先 宇部年金事務所〔☎0836(33)7111〕

農業相談

1月10日 9時～11時30分 農業委員会事務局
予約先 農業委員会事務局〔☎0837(52)5241〕
※開催日の1週間前までに予約が必要です。

職業相談

1月11日 10時～11時 美祢市美東センター
12時30分～16時 サンワーク美祢
1月25日 10時～11時 嘉万公民館
12時30分～16時 サンワーク美祢
問合せ先 宇部公共職業安定所〔☎0836(31)0164〕

人権相談

1月4日 13時30分～16時 真長田公民館
1月11日 13時30分～16時30分 秋芳地域福祉センター
1月18日 10時～15時 美祢市市民会館
1月25日 13時30分～16時 別府公民館
問合せ先 美祢市社会福祉協議会〔☎0837(52)5222〕

行政相談

1月18日 10時～12時 美祢市市民会館
1月25日 13時30分～16時30分 別府公民館
問合せ先 市民課〔☎0837(52)5230〕

心配ごと相談 毎週水曜日13時30分～16時30分 (※美東地域は16時まで)

1月4日 美祢市社会福祉協議会、真長田公民館
1月11日 於福公民館、秋芳地域福祉センター
1月18日 美祢市社会福祉協議会、
※美東地域福祉センター
1月25日 美祢市社会福祉協議会、別府公民館
問合せ先 美祢市社会福祉協議会〔☎0837(52)5222〕

司法書士による無料法律相談会

1月5日 13時～15時 美祢市役所
※2月2日 13時～15時 秋芳総合支所
(※1月26日 予約開始)

弁護士による無料法律相談

1月19日 13時30分～15時20分 美祢市役所
(1月12日 予約開始)
予約先 市民相談室〔☎0837(52)5230〕

健幸カフェを開催します

市では昨年度第2次美祢市健康増進計画(いきいき健康みね21)を作成しました。これから市民の皆さんと一緒に、健康で幸せな生活を送ることができるよう健康づくりをすすめていきます。

健康づくりに興味のある人ならどなたでも参加できます。ぜひご参加ください。

●開催日・会場

- 2月1日 美祢市保健センター
- 2月3日 美東保健福祉センター
- 2月10日 秋芳保健センター

※すべて13時30分～15時30分(受付13時～)

●内容

- 美祢の健康づくりについての茶話会
- 希望者は骨密度測定(無料)
- その他 参加ご希望の方は下記までお知らせください。また当日飛び入りでの参加も大歓迎です。お待ちしております。
- 問合せ先 健康増進課〔☎0837(53)0304〕

減塩に関する標語を募集します

日常生活の中で取組める減塩方法や心がけなど、減塩に関する親しみやすい標語を募集します。

- 対象者 美祢市民
- 応募方法 応募作品(標語)、郵便番号、住所、氏名(フリガナ)、電話番号を明記し、ハガキ又は応募用紙で提出してください。
- 応募用紙 市役所、各総合支所、各公民館、美祢市保健センターに備付ています。
- 応募締切 1月20日 必着
- 表彰など 入選作品と氏名を各種健康づくり事業等で掲示し、また広報資料として随時活用します。また、入賞者には、表彰状及び副賞を送付します。

- 提出・問合せ先 健康増進課 759-2212
美祢市大嶺町東分345-1
〔☎0837(53)0304〕

やまぐち弁ラジオ体操「やまぐち元気ラジオ体操」のCD貸出

健康増進課では、誰でも気軽に楽しく身体を動かすことのできる手段として、やまぐち弁ラジオ体操の普及に取り組んでいます。この度、各公民館・出張所に貸出用のCDを設置しましたので、どなたでもお気軽にご利用ください。

●問合せ先

健康増進課
〔☎0837(53)0304〕
美東総合支所総合窓口課
〔☎08396(2)5005〕
秋芳総合支所総合窓口課
〔☎0837(62)1909〕

編集後記

新年あけましておめでとうございます。

さて、わたしの今年の目標は、「初心に戻る」です。広報担当になり、もうすぐ4年目を終えます。そこで広報づくりに対する考え方をリセットしたいと思います。

「広報は一日にして成らず」、今年も親しみのある広報誌に仕上がるように、取り組んでいきたいと思ひます。☺



【こんな相談がありました。】
インターネットのプロバイダーの変更勧誘の電話がかかってきた。料金が安くなるというから話を聞いたが、気が付くと変更されていた。どうなっているの？

パソコンでインターネットを利用するには、インターネット接続業者（プロバイダー）を通じて接続する必要があります。

平成27年2月からNTT東日本・西日本が光回線サービスの「卸売」を開始したことから、多くの事業者が光回線サービスとプロバイダー等を組合わせた様々なサービスを提供できるようになりました。

そうした業者が低料金等を売りにプロバイダー変更や光回線契約変更（転用と言います。）を盛んに勧誘してきます。転用するためには、自分がNTTから転用承認番号を取得し、新しいプロバイダーにその番号を通知するとともに、パソコンの設定変更が必要です。

しかし、よくわからないまま電話の指示に従うと、遠隔操作により自分の知らない間に全ての手続きが完了し、新しいプロバイダーから利用料の請求が来て慌てることとなります。更に、前のプロバイダーとの契約が解約できていないと、2か所に利用料を支払うことになりかねません。契約するときは必ず自分で納得して契約するようにしましょう。



トシ君のひと言

インターネットやスマホの普及で便利な世の中になりましたが、仕組みが複雑すぎて理解できず、人や機械に頼りきりになってしまう危険性があります。機械が故障したり頼りにしていた人がいなくなった時、何とかしなければなりません。

日頃から何事も自分で実際に触れたり試したり操作してみたりして慣れておくことが大切です。

問合せ先

美祢市消費生活センター
☎0837(52)3455

合同面接会を開催します

ハローワーク宇部の職業相談日に合わせて、就職面接会を開催します。市内企業の魅力を知る良い機会となりますので、ぜひご参加ください。（個別ブースでの面談となります。）

- 日時 1月25日(日)
13時30分～15時30分
- 会場 美祢勤労者総合福祉センター
(サンワーク美祢)
[美祢市大嶺町東分418-8]
- 対象者 現在求職中の人
- 参加料 無料 (事前申込不要)

参加企業名	募集職種
瀬戸内部品(株)	ワイヤーハーネス製造作業 ・準社員 ・有期雇用

問合せ先 商工労働課 ☎0837(52)5224
就職相談室 ☎0837(53)2536
宇部公共職業安定所(ハローワーク宇部) ☎0836(31)0164

1月の日曜休日当番医

美祢市医師会	診療時間	9時～17時	美祢郡医師会	診療時間	9時～17時
1日(祝) 藤村内科クリニック	大嶺町前川通	☎0837(54)1420	1日(祝) 美東病院	美東町大田	☎08396(2)0515
2日(日) 原田外科医院	大嶺町前川通	☎0837(52)0756	2日(日) さかい内科クリニック	秋芳町秋吉	☎0837(62)1200
3日(日) 中元医院	伊佐町稲荷町	☎0837(53)0323	3日(日) 美東病院	美東町大田	☎08396(2)0515
8日(日) 山本医院	大嶺町中村上	☎0837(52)1516	8日(日) 美東病院	美東町大田	☎08396(2)0515
9日(祝) 三澤医院	西厚保町大村	☎0837(58)0011	9日(祝) 時澤医院	秋芳町秋吉	☎0837(62)0015
15日(日) 野間クリニック	大嶺町長ヶ坪	☎0837(54)0510	15日(日) 美東病院	美東町大田	☎08396(2)0515
22日(日) ともの園クリニック	於福町萩原	☎0837(56)5000	22日(日) 吉崎内科医院	美東町大田	☎08396(2)5066
29日(日) 札幌クリニック	大嶺町吉則	☎0837(52)2847	29日(日) 美東病院	美東町大田	☎08396(2)0515



保健だより

健康相談

1月12日(日) 9時30分～11時 別府公民館

育児相談

1月12日(日) 13時30分～15時 美祢市保健センター

1月18日(日) 9時30分～11時30分 秋芳保健センター

1月25日(日) 9時30分～11時30分 美東保健福祉センター

子育てサークル (10時～11時30分)

1月16日(日) 伊佐公民館

育児学級 (場所：美祢市保健センター)

【前期1回目】 1月16日(日) 13時30分～15時30分

【前期2回目】 1月23日(日) 13時30分～16時

【後期1回目】 1月24日(日) 10時～11時30分

【後期2回目】 1月31日(日) 10時～11時30分