

# 10月は「男女共同参画推進月間」です

## 夢わかちあい 個性きらめく明日へ ～男女共同参画社会～

男女共同参画社会とは、男性と女性が、職場で、学校で、地域で、家庭で、それぞれの個性と能力を発揮できる社会のことです。

私たちのまわりの男女のパートナーシップについて、この機会に考えてみませんか？



### 平成21年度男女共同参画フォーラム ～あなたも私もまちの素敵なパートナー～

**日時** 10月10日(土) 10時～15時  
**場所** ルネッサながと (長門市)  
**内容** 分科会 10:00～、講演会 13:30～、展示・バザー・アトラクション

- ◆**第1分科会** 男女共同参画の過去・現在・これから  
(紙芝居上演 萩まちじゅう紙芝居実行委員会会長 清水明人さん、コーディネーター：金谷天満宮宮司 陽 信孝さん、助言者：山口県立大学国際文化学部教授 三宅義子さん)
- ◆**第2分科会** 笑って元気～家族の絆 パートナーの絆～  
(講師：矢野大和事務所代表 矢野大和さん)
- ◆**第3分科会** みんなちがって、みんなパートナー  
(講師：社会福祉法人周美会理事長 徳永あけみさん)
- ◆**講演会** 講演「ともに思いやり 笑いあう」・古典落語「芝浦」(講師：春風亭正朝さん)

**問合せ先** 県男女共同参画課 (☎083-933-2630)

### 平成21年度男女共同参画 ぶらり学習 in MINE

**日時** 10月25日(日) 9時30分～13時  
**場所** 美東保健福祉センター (美祢市)  
**内容** 表彰式 9時30分～、講演会 10時～、料理教室 10時～、展示

- ◆**講演会** 「仕事と子育て(家庭)の両立」  
(講師：やまぐちエコ倶楽部代表 吉村京さん)  
※講演会は、「やまぐち女性財団支援事業」により、開催しています。
- ◆**料理教室** 「イタリアン料理 Let's try！」  
(講師：NPO 法人 秋吉台ワイナリー理事長 田中 隆さん)

**問合せ先** 市企画政策課 (☎0837521112)

### 地上デジタル放送を見るための 簡易なチューナー給付などの支援について

総務省では、経済的な理由などで地上アナログ放送から地上デジタル放送に移行することが難しい世帯に対する支援を本年10月1日から受付を開始いたします。

#### ① 支援の対象となるのは？

生活保護世帯などの公的扶助受給世帯、市町村民税非課税の障害者のいる世帯、社会福祉事業施設入所者の方々と、日本放送協会(NHK)の受信料の全額免除を受けている世帯の方々が対象です。

※既に、地上デジタル放送を視聴されている世帯の方々は支援の対象外です。

#### ② 受けられる支援の内容は？

現在お持ちのアナログテレビに取り付ける「簡易なチューナー」の無償給付を行います。アンテナ改修等が必要な場合にはその支援も行います。

#### ③ 申込書の入手方法は？

申込書については、下記の「総務省地デジチューナー支援実施センター」に電話してください。発送させていただきます。なお、各市町村及びお近くのNHKの窓口にも設置されている場合もあります。

#### ④ 支援の開始の時期は？

受付は10月1日から開始します。簡易チューナーの設置等については10月下旬から開始する予定です。

#### ⑤ 注意いただきたい点

○NHKと受信契約を結び、全額免除の適用を受けることが必要です。手続がまだお済みでない方は、なるべくお早めにご手続をとっていただくようお願いいたします。  
○支援は現物給付です。ので、ご自身で購入されたチューナー、アンテナ改修等の費用を精算することはできません。

#### 問合せ先

地上デジタル放送受信のための支援制度について  
総務省地デジチューナー支援実施センター(☎057033840・FAX04338407)  
NHK視聴者コールセンター(☎0570441888・FAX04418881)

### 10月10日は「目の愛護デー」です

視力が落ちたり、目の病気にかかるのは、主に生活習慣と老化が原因です。老人性の眼病も日々の生活を注意すれば、発病を遅らせることもできます。まず、姿勢や眼を使う環境など見直してみましよう。

#### 姿勢

- 机や椅子の高さを体に合わせて調節しましょう
- 背筋を伸ばして座り、足の裏全体が床に接触するように座りましょう
- パソコン等の画面は目線の下にくるようにしましょう

#### 環境

- 部屋の照明や机の上の照明を使い、適度な明るさを保ちましょう
- パソコン等を使う時は、画面や手元に照明や窓の光が映りこまないようにしましょう

#### リフレッシュ

- 長時間に及ぶ作業をする場合は、1時間に一度、5～10分の休憩をとります
- 休憩が取れない場合でも、肩や首を回すなどの軽い体操をしましょう

#### 生活習慣

- バランスの良い食事をとりましょう
- ぐっすり睡眠をとりましょう
- 近視や遠視、乱視がある人は、定期的に視力検査を受け、適正な視力に矯正しましょう

**問合せ先** 市保健センター  
(☎0837530304)

