

暮らしのガイド

高齢者の訪問リホーム による被害防止

お年寄りをターゲットに、不安にさせるような説明やウソの説明で、「屋根工事」「耐震工事」「水回り工事」「シロアリ駆除サービス」「床下換気扇・乾燥剤散布」など、不必要な工事等を契約させる悪質業者が後を絶ちません。

周囲の方々からの消費生活センター等への相談をきっかけに、「クーリング・オフ」などにより、問題が解決することもあります。気になる点があれば、消費生活センター等へご相談ください。

※クーリング・オフとは
訪問販売などの特定の取引について、いったん契約した場合でも一定の期間（訪問販売の場合は契約書面を受け取ってから8日以内）は消費者が無条件で契約を解除することができる制度です。

問合せ 千葉県消費者センター
☎047(434)0999

自衛官募集

防衛庁では、平成18年度自衛隊生徒を募集しています。

応募資格 中卒（見込）又は17歳未満の男子

試験日 1次 平成18年1月14日 2次 平成18年1月27日～30日
受付期間 平成18年1月11日(水)まで

問合せ 旭募集事務所
☎020971
URL <http://www.chiba.pla.ida.go.jp/>

11月は動物による危害 防止対策強化月間です。

ペットは正しく飼い、他人へ迷惑や危害などを加えることの無いよう次のことに注意しましょう。

- ・飼い主が判るように名札などをつける
- ・犬は町へ登録し必ず狂犬病予防注射をする
- ・散歩は短い引綱を着ける（放し飼いは禁止）
- ・猫は屋内で飼うようにする
- ・みだりに繁殖しないように不妊去勢手術をする
- ・飼っていない動物にはむ

やみに餌を与えない

・餌えなくなっても絶対に野へ放さない

・ワニやヘビなどの危険動物を飼うときは保健所に届ける（許可が必要）

問合せ 海匠保健所八日市場 地域保健センター
☎01281

千葉県動物愛護センター
☎0476(93)5711



オストメイト(人工 肛門・人工膀胱造設者) 社会適応訓練講習会

県内のオストメイトの方、その家族方々等を対象に次のとおり講習会を開催します。

日時 12月17日(土)
正午～午後4時

場所 千葉県社会福祉センター
内容 補装具展示相談、講演等
費用 無料

問合せ (社)日本オストミー
ト協会千葉支部
☎047(452)6433
(月・火・金曜日のみ)

障害者・高齢者の人権・ 法律110番

障害者・高齢者に関する人権問題、法律問題全般について弁護士が無料で電話相談に応じます。

問合せ 弁護士法人房総法律
☎043(225)1461

おこやみ申し上げます

10月15日現在受付
(順不同敬称略)

行政区	月日	氏名	年齢
篠原	2%	高橋 光江	59
関	24%	泉 玲	66
谷中	2%	飯田 まつ	78
尾垂	6%	芳賀 照子	80
二又	1%	片岡 孝之	57
関	1%	高橋 一夫	72
母子	1%	大木 寛房	53
谷中	1%	長谷川竹男	66
五ノ神	1%	伊藤 且	74
古屋	1%	林 信行	63
五ノ神	1%	伊橋はつ江	62
虫生	1%	信田 信一	76
橋場	1%	吉岡雄次郎	79
長塚	1%	秋葉 功司	83
傍戸	1%	齋藤 一民	84
古屋	1%	大櫃 勝明	57

第12回八匝地域 在宅ケアフォーラム

テーマ いきいき元気 自分の手で 自分の足で
～介護予防でとりもどそう
講演と実演 健康運動実践指導者 青木茂さん
その他 寸劇ほか

日時 11月23日(祝)
午後1時30分から4時(受付/午後1時)
場所 八日市場ふれあいセンター
主催 八匝地域在宅ケア推進会
共催 千葉県医師会

手作り料理を 食卓に



食生活改善推進員
鈴木昭子(関)

スペアリブの 梅干し煮

材料(2人分)

- スペアリブ(骨付豚肉) 400g
酒 1カップ(30g)
A { 梅干し 3個(大さじ2)
しょうゆ 3個(大さじ2)
砂糖 大



作り方
①鍋に熱湯を沸かし、スペアリブを5分ほどゆでます。

②湯を捨てて酒と①のスペアリブを入れて火にかけてます。
③②の鍋に水をひたひたに注ぎAを加えます。20分程じっくり煮込みます。(よく煮込むと梅干しの酸味がまろやかにになります。)

今月の心配ごと相談

9日(水) 台区民館
30日(水) 町民会館

16日(水) 町民会館(総合相談)
12月7日(水) 町民会館(総合相談)