

新潟県立精神医療センター 市民こころの健康講座

問 新潟県立精神医療センター
市民こころの健康講座事務局
☎0258-24-3930

「一緒に学ぼう！アルコールの落とし穴～もしもお酒で困ったら～」

アルコールは、脳卒中や肝硬変などの生活習慣病のほかに、がん、認知症、うつ病などにも影響を及ぼします。

市内の毎日飲酒する習慣がある人の割合は29.2%で、県平均よりも高い傾向にあります。生活習慣病のリスクを高めるとされる飲酒習慣（1日平均で男性は2合以上、女性は1合以上）がある人も多くいます（平成30年住民健診問診票集計結果）

この機会に、アルコールと健康について学び、お酒との付き合い方を考えてみましょう。

日 10月26日(土)

午後1時30分～3時30分

(受付：午後1時～)

会 長岡市立中央図書館講堂〔長岡市学校町1丁目〕

講 松本晴香医師（新潟県立精神医療センター 精神科）

体験発表 当事者による体験談

費 無料

申 不要。直接会場まで。

人権なんでも相談所 （相談無料・秘密厳守）

問 法務局 南魚沼支局
☎772-2164

・ 家庭内（夫婦・親子・相続など）、親族間、近隣間のもめごと・悩みごとなど、毎日の暮らしの中で起こるさまざまな問題

・ いじめ、体罰、女性差別、外国人差別などのあらゆる差別問題

日 11月7日(木) 午後1時～4時

(受付：午後1時～3時)

会 塩沢庁舎2階 201・202会議室

申 不要。直接会場まで。

最寄りの人権擁護委員

・ 高橋文子〔中子新田〕
・ 野口里加子〔上田掛之下〕

高齢者や要配慮世帯の住宅 除雪援助事業

問 福祉課 高齢福祉係
☎773-6667

住宅屋根の除雪を自力で行うことが困難な高齢者や障がい者などの世帯を対象に除雪費を援助します。

対 65歳以上の高齢者のみの世帯、世帯主が身体障害者手帳（1級～4級）の交付を受けている世帯、配偶者のいない女性と中学生以下の子どもだけの世帯

対象とならない世帯

・ 生活保護を受けている（生活保護費で対応）

・ 市・県民税（所得割）の課税世帯

・ 親族などから除雪作業への直接的な労力の支援、それに代わる金銭的な支援を受けることができる世帯（1親等の親族が近隣に居住している場合は制限あり）

・ 世帯員のいずれかが、市・県民税などで市内に居住する人の扶養となっている

・ 3か月以上対象住宅を不在とする（1か月を超えて不在とする場合は制限あり）

・ 対象となる除雪作業

実際に居住している住宅の人力による屋根雪の除雪作業（合計24時間以内）

※雪下ろしができる、アングルの設置された金属屋根や瓦屋根などが対象。自然落雪式や融雪式は原則対象外

※別途、費用がかかる場合あり

利用者負担 400円/時間

※別途、費用がかかる場合あり

申 作業前に、地域の民生委員・児童委員を通じて、福祉課へ申請書をご提出ください。平成30年度に本事業を利用した人は、民生委員・児童委員が訪問調査を実施します。

他 作業後に除雪内容が確認できる写真をご提出ください。

食と病気に関する 市民公開講座

問 魚沼基幹病院
☎777-3200

日 11月10日(日) 午後2時～4時15分

会 魚沼基幹病院1階 講堂・多目的ホール

内 「食べて健康寿命を指そう」「低侵襲手術と脳動脈血栓回収術について」「飲み薬で白血病が治るって本当？」

費 無料
申 不要

応急手当普及員再講習

問・申 南魚沼市消防本部 警防課 救急係
☎782-5331

応急手当普及員の認定期間を更新するための講習です。

認定後3年以内に再講習を受講しないと失効します。期限内に受講しましょう。

日 11月9日(土) 午前9時～正午

会 消防本部〔竹俣〕

費 無料

日 11月1日(金)

持 認定時に使用したテキスト