

※【出典】…(独)国民生活センター「見守り新鮮情報」、消費者庁「News Release」より



A 新型コロナウイルスについて、現在も研究が進められています。その特性は必ずしも明らかになっていません。

一部の研究機関で、新型コロナウイルスを不活性化する食品成分を発見したといった報告もありますが、まだ実験の段階であり、その食品やサプリメントを摂取することで感染や重症化を予防できることが実証されたわけではありません。

A 新型コロナウイルスに「有料で接種の優先度を上げる」、「手続き費用を振り込む必要がある」、

Q 市役所職員などを名乗り、「お金を払えば新型コロナウイルスワクチンを優先的に接種できる」という電話がありました。そのようなことはありますか？

現時点で、新型コロナウイルス予防に根拠のある食品やサプリメントはありません。怪しい広告に惑わされて、不要な商品を購入しないよう注意しましょう。

Q SNSで、新型コロナウイルスの感染予防に有効な健康食品があると紹介されていますが、本当ですか？

このため、「新型コロナウイルスに効く」といった表示は、虚偽・誇大広告に該当する可能性が高く、国は消費者に注意を呼び掛けるとともに、広告主に対して改善を要請しました。

新型コロナウイルスや、新型コロナウイルスワクチンに対する正しい知識で、トラブルを回避しましょう

消費生活情報

136

「ワクチン接種のために口座情報を確認する」といった電話があったと、全国の消費生活センターに相談が寄せられています。

新型コロナウイルスの接種は無料です。ワクチン接種に関連して費用を求められても決して応じないでください。

また、国や市町村が、個人情報や金融機関の情報を電話やメールで聞くことはありません。聞かれても答えないでください。

不審な電話があったら、新型コロナウイルス詐欺消費者ホットライン(☎0120・797・188) または、消費生活センターにご相談ください。

▽問い合わせ先
大船渡市消費生活センター
(☎内線134)



日本語サポーター養成研修in大船渡を開催します

外国人に日本語を教えることに興味がある人を対象とした研修会を開催します。

- ▷日時・内容=右表のとおり
- ▷会場=おおふなぼーと2階 多目的室
- ▷定員=20人
- ▷対象=日本語学習支援に興味がある人
- ▷申込方法=氏名、電話番号、居住市町村名、日本語学習支援の経験の有無を、電話またはメールで伝え申し込みください。
- ▷申込期限=9月10日(金)
- ▷申込先・問い合わせ先
 - ・(公財)岩手県国際交流協会(☎019-654-8900)
Eメール: nihongo@iwate-ia.or.jp
 - ・観光交流推進室(☎内線114)
Eメール: ofu_kanko@city.ofunato.iwate.jp

| 期 日 | 時 間 | 内 容 | 講 師 |
|-----------|-------------|-------------------|--|
| 9月18日(土) | 13:30~15:00 | 日本語サポーターの役割 | 【盛岡大学文学部准教授】 嶺岸 玲子さん |
| | 15:15~16:45 | やさしい日本語 | |
| 9月25日(土) | 13:30~15:00 | 日本語教材の使い方① | 【日本語教師】 藤波 大吾さん |
| | 15:15~16:45 | 日本語教材の使い方② | |
| 10月9日(土) | 13:30~15:00 | 日本語の教え方①(学習支援の見学) | 【日本語教師】 藤波 大吾さん 【日本語教師】 土井 夏樹さん |
| | 15:15~16:45 | 日本語の教え方②(学習支援の準備) | |
| 10月16日(土) | 13:30~15:00 | 日本語の教え方③(学習支援の体験) | 【日本語教師】 藤波 大吾さん |
| | 15:15~16:45 | 講座のまとめ | |

(3) 広報大船渡お知らせ版 令和3年8月20日号(No. 1205)

▷問い合わせ=市役所☎0192⑦3111

いきいき！健康講座

179

「健康づくり10か条」

推進中！

市では、平成27年度に健康増進計画「健康おふなと21プラン(第2次)」を策定し、健康づくりを推進しています。その中で、市民一人ひとりが健康のために取り組むポイントを「健康づくり10か条」としてまとめ、普及を進めています。

■健康づくり10か条

第1条から第4条までは「栄養」、第5条と第6条は「身体活動」、第7条と第8条は「口腔保健」、第9条と第10条は「こころ」に関する取り組みとなっています。

■令和2年度 市民意識調査での結果

健康づくり10か条の内容と市内での実施状況については、下表に掲載しています。10か条の中で、取り組む人の割合が最も多かったのは、

第9条の「身近な人に気軽に声をかけ挨拶を交わす」でした。

6割近い人が、日常的にあいさつを交わす習慣があると回答しています。

反対に、最も少なかったのは、第6条の「自分にあった運動を楽しみながら行う」でした。

取り組んでいる人はおよそ1割程度であり、運動を日常生活に取り入れている人が少ないことが分かります。

■「健康づくり10か条」に 取り組みましょう

運動は生活習慣病などの予防や改善だけでなく、心身のリフレッシュやストレス解消の効果がありますので、取り組みやすいことから始めてみましょう。

日常生活習慣が体と心の健康につながります。

| | 内 容 | 市内実施率 | 実施率が高い地区 |
|------|--------------------|-------|-----------|
| 第1条 | 主食、主菜、副菜の揃った食事を食べる | 36% | 猪川町 =44% |
| 第2条 | 夕食後に間食をしない | 35% | 日頃市町 =45% |
| 第3条 | 毎日体重を測る習慣をもつ | 21% | 猪川町 =25% |
| 第4条 | 週2日はお酒を飲まない | 21% | 三陸町吉浜=27% |
| 第5条 | 毎日こまめに体を動かす | 30% | 三陸町吉浜=42% |
| 第6条 | 自分にあった運動を楽しみながら行う | 15% | 立根町 =20% |
| 第7条 | 食べたら歯磨きをする | 46% | 盛町 =55% |
| 第8条 | タバコを吸わない、吸わせない | 56% | 三陸町吉浜=64% |
| 第9条 | 身近な人に気軽に声をかけ挨拶を交わす | 57% | 日頃市町 =73% |
| 第10条 | 自分にあったストレス解消法を見つける | 34% | 三陸町綾里=42% |

健康づくり10か条に取り組み、家族や周りの皆さんにも広めていきましよう。

▽問い合わせ先
健康推進課成人保健係
(☎⑦1581)

9月の乳幼児健診などの日程

■離乳食教室

- ▷期日=9月7日(火)
- ▷対象=令和3年5月生まれのお子さん



■7カ月児健康相談

- ▷期日=9月9日(木)
- ▷対象=令和3年1月生まれのお子さん

■1歳児健康相談

- ▷期日=9月14日(火)
- ▷対象=令和2年8月生まれのお子さん

■1歳6カ月児健康診査

- ▷期日=9月1日(水)

- ▷対象=令和2年2月生まれのお子さん

■3歳児健康診査

- ▷期日=9月10日(金)
- ▷対象=平成30年2月生まれのお子さん

◎健診などの注意点

- ・受付時間などの詳細は、健康推進課からの通知文書を確認ください。
- ・新型コロナウイルスの感染拡大の状況により、急きょ延期または中止となる場合があります。あらかじめご了承ください。
- ・会場は保健介護センターです。
- ▷問い合わせ先=健康推進課(☎⑦1581)

(2)