

生活トピックス

鴨島公民館だより

★1階ロビー展示案内
●生涯学習作品展
～写真・押し花・パッチワーク・ちぎり絵・木目込人形・ペーパークイリング～
と き 3月17日(水)～3月28日(日)
午前9時～午後5時30分

★江川わくわくホールイベント案内
●鴨島寄席
と き 4月18日(日) 開演 午後2時
木 戸 銭 (入場料) 100円
出 演 者 柱淳々 瓦亭古事記 ふなき家小びん太 櫻亭笑太郎
大喜利出演 高橋という人 小川という人他4人

★講座案内 (参加費無料)
※受講当日は、各自検温・マスク着用をお願いします。
●FPから学ぶ「くらしとお金」
～もう一度初めからの資産運用～
と き 3月20日(土) 午前10時～11時30分
と ころ 鴨島公民館2階 視聴覚室
講 師 日本FP協会徳島支部 吉田宏治さん

●元気づくり体操 ～介護予防体操～
と き 3月25日(水) 午後1時30分～3時
と ころ 鴨島老人福祉センター 集会室
講 師 鴨島病院理学療法士 田村英司さん
●健康セミナー ～知って！高齢者の足のむくみ～
と き 4月8日(水) 午後3時～4時
と ころ 鴨島公民館2階 視聴覚室
講 師 徳島病院脳神経内科医師 堤聡さん

●やさしい経済 ～米大統領交代後の施策の行方と今年度上半期の日本経済と林価～
と き 4月9日(金) 午後1時30分～2時45分
と ころ 鴨島公民館2階 視聴覚室
講 師 野村證券(株)徳島支店 投資情報部

●知って役立つ ～新型コロナウイルスの3つの顔を知ろう 手洗いと心の健康～
と き 4月21日(水) 午後1時30分～2時45分
と ころ 鴨島公民館2階 視聴覚室
講 師 日本赤十字徳島県支部 推進員 多田春美さん

★募集
●令和3年度生涯学習講座・教室生募集
申込受付 3月27日(土) 午前8時30分～
鴨島公民館 1階ロビー
新型コロナウイルスの感染拡大防止のためにやむを得ず開催できない講座があります。また日程・内容の変更や中止など年度の途中でも変更する場合があります。ご理解のうえ申し込みください。
※詳細は生涯学習講座・教室生募集申込書をご覧ください。

●デトックスヨガ
対 象 20代～50代の女性
と き 4月18日(日)～12月5日(日) (日曜8回)
午前10時～11時30分
講 師 TRIP TO YOGA 高尾有紀さん
参 加 費 無料 定員 10人 (先着順)
申 込 付 4月4日(日) 午前9時より電話のみ

●健康ヨガ
対 象 60代以上の女性
と き 4月18日(日)～12月5日(日) (日曜8回)
午後1時30分～3時
講 師 TRIP TO YOGA 高尾有紀さん
参 加 費 無料 定員 10人 (先着順)
申 込 付 4月5日(月) 午前9時より電話のみ

●令和3年度生涯学習講座 ボランティア講師募集
教えた経験がない方も歓迎です。あなたの知識・技能を活かしてみませんか。
内 容 生涯学習講座・教室 (語学・絵画・音楽など)
時 間 1～1時間30分

●問い合わせ 鴨島公民館 ☎24-5111 FAX24-5113

1人で悩んでいませんか？

それぞれ専門の相談が受けられます。1人で悩まないで、まずはご相談ください。

電話相談

| 実施機関・名称 | 電話番号 | 相談時間 | 相談内容 |
|----------------------------|--------------|---|-------------------------|
| いのちの希望 (旧徳島いのちの電話) | 088-623-0444 | 午前10時～午後11時30分 (年末年始を除く) | 自殺予防・こころの悩み (対面相談あり) |
| とくしま自殺予防センター (精神保健福祉センター内) | 088-602-8911 | 午前9時～午後4時 (土・日・祝日・年末年始を除く) ※面接相談は予約制 | 自殺予防・自死遺族の相談 |
| よりそいホットライン | 0120-279-338 | 24時間対応・年中無休 | 自殺予防、DV、性暴力、セクシャルマイノリティ |
| 東京自殺防止センター | 03-5286-9090 | 午後8時～午前2時30分 (月曜日 は午後10時30分～午前2時30分、 火曜日は午後5時～午前2時30分) 年中無休 | 自殺予防・こころの悩み |

メール・SNS相談

| 実施機関・名称 | 電話番号・URL・メールアドレス |
|-------------------------------|---|
| いのちの希望 (旧徳島いのちの電話) | ※ホームページで相談フォームに入力 |
| NPO法人 Approach For Life Saver | TEL 088-622-1226 http://www.afs.jp/talk.html LINE相談 (月・水・金) ※メール相談はホームページで相談フォームに入力 mailto:info@afs.jp |
| 厚生労働省 SNS 相談 | ※「厚生労働省 SNS 相談」で検索 QRコードから読み取りアクセス (LINE、チャットなど) |

※上記の相談日程は、変更される場合があります。

問い合わせ 健康推進課 ☎22-2268 FAX22-2245

おしえて!! 歯医者さん

第58回 六歳臼歯って？

質問 子どもの幼稚園の先生から、これから生えてくる六歳臼歯を大事にしましょうとの話を聞きました。六歳臼歯について教えてください。

回答 六歳臼歯とは、小学校に入る頃、ちょうど六歳頃に、子どもの歯の並びの後に新たに生えてくる大人の歯(永久歯)です。早い子では五歳くらいで生えてくることもあり、一般的に六歳頃に生えてくることが多いので、このように呼ばれています。正式名称は、第一大臼歯といいます。

永久歯の中では一番大きく、噛む力も最も強く、「噛み合わせの鍵」と称されることもあり、家に例えるなら、大黒柱のような大切な役割を果たしています。

実際、この第一大臼歯が生えた頃から、順番に乳歯から永久歯への交換(生え替わり)が進んでいきます。

歯並びや噛み合わせの基礎を形作る、とりわけ重要な永久歯と言えるでしょう。

ところが、最も早く(最も幼い頃に)生えてくる永久歯

【吉野川市歯科医師会】
お口の質問を募集しています。下記までメールまたはFAXでお寄せください。

●お口の質問について(窓口)●
市長公室 FAX 22-2244 メールアドレス m-koushitsu@yoshinogawa.i-tokushima.jp

インターネットと人権

インターネットは多くの情報をすぐに収集できたり、世界中の人とコミュニケーションが取れたり、私たちの生活に欠かせないものとなっています。西日本豪雨の際にも被災者がインターネットで現状を発信し救助を求めることができたように、情報媒体として無限の可能性が広がっています。

その反面、使い方を間違えると凶器にもなります。女性プロレスラーのツイッターへの誹謗中傷や、新型コロナウイルス関連の差別や偏見の書き込みも大きな社会問題となっています。総務省の「違法・有害情報相談センター」には、ここ数年、年5千件以上の相談が寄せられ、その内容はプライバシー侵害や名誉毀損が多くを占めています。また、差別表現、児童ポルノの掲載、個人情報流出、著作権の侵害、ネットいじめ、嫌がらせ

メールなども人権侵害です。ネット上などの、相手の顔が見えず匿名性の高い空間では、攻撃行動が高まること知られており、ストレスのはけ口となっている可能性があります。下手な発信をすると相手を負傷するだけでなく、自分も失うものがあること理解しておかなければなりません。書き込みをする前に「悪口に乗っかっていないか」「自分が言われたらどう思うか」を考えてみるようにしましょう。

もし、あなたが誹謗中傷被害にあったら、一人で悩まず、まず最寄りの法務局に相談しましょう。法務局では、発信者の情報の開示を請求したり、人権侵害情報の削除を依頼したりする方法を教えてください。相談者自身が被害の回復を図るための手助けをしてくれます。

人権課 ☎22-2229
FAX 22-2260