

0歳から3歳の子育てで大切なこと

「赤ちゃんが泣いてばかりで、どうしたら良いのかわからない」「何を言ってもイヤイヤばかりで、言うことをきいてくれない」など、子育てにはいろいろな悩みは尽きませんね。でも子どもの発達段階を知ること、

子どもとの関わり方の大切なポイントが見えてきます。乳幼児期の子育てで大切なことを学んで少しでも悩みを解消し、成長著しいこの時期の子育てを楽しみましょう!!

とき

3月16日(金)
10時30分～11時30分(10時～受付)

ところ

つどいのひろば『ぽけっと』(児童交流施設) 中之郷428-3

対象

おおむね0歳～3歳くらいのお子さん
と保護者 30組

※お子さんと一緒に話を聞いていただきますが、別室で遊べるお子さんは託児いたします。

講師

鈴木 秀一さん(滋賀県スクール・ソーシャルワーカー)

申し込み

期間：3月9日(金)まで※土日除く
8時30分～17時15分

方法：電話もしくはFAX、電子メールにて左記までお申し込みください。FAX、電子メールの場合は参加されるお子さんの名前・年齢、保護者名、連絡先をご記入ください。つどいのひろば『ぽけっと』でも申し込みできます。
※ぽけっと開催日のみ



申し込み・問い合わせ先 ◆ 子ども支援課 子ども支援担当

☎0748-52-6583 FAX 0748-52-0089

電子メール：kodomo@town.shiga-hino.lg.jp

みんなで支え合う国民健康保険

国保の加入や脱退は届出が必要です

届出は14日以内に

国保への加入の届け出が遅れると、保険料をさかのぼって納めていただくことになり、また、脱退の届け出をされるまで、勤務先の保険料と二重に納めていただくことになるなど負担も大きくなります。さらにこの間に資格のない保険証を誤って提示し、医療機関で受診されると、医療費を返還しなければならなくなる場合もあり、トラブルの原因となります。下表のようなくときは、忘れず届出を行きましょう。

| | こんなとき | 手続きに必要なもの | 共通して必要なもの |
|---------------|------------------------|---------------------------------|--|
| 国保の被保険者になるとき | 他の市町村から転入してきたとき | 転出証明書等 | <ul style="list-style-type: none"> 印かん(朱肉を必要とするもの) 窓口で手続きされる方の本人確認ができるもの(写真付きのものは1点、それ以外は2点) 窓口に来られる方と健康保険の続きが必要な方の個人番号が分かるもの |
| | 勤務先の健康保険の被保険者でなくなったとき | 退職(勤務先の健康保険の資格を喪失)したことがわかる証明書など | |
| | 勤務先の健康保険の被扶養者からはずれたとき | 被扶養者からはずれたことがわかる証明書など | |
| | 子どもが生まれたとき | 母子健康手帳 | |
| 国保の被保険者でなくなる時 | 生活保護を受けなくなったとき | 保護廃止決定通知書 | |
| | 他の市区町村へ転出するとき※ | 被保険者証 | |
| | 勤務先の健康保険の被保険者になったとき | 勤務先の健康保険の被保険者証・国保の被保険者証 | |
| | 勤務先の健康保険の被扶養者になったとき | 勤務先の健康保険の被保険者証・国保の被保険者証 | |
| その他 | 生活保護を受けるようになったとき | 保護開始決定通知書・被保険者証 | |
| | 死亡したとき | 死亡を証明するもの・被保険者証 | |
| | 住所・世帯主・氏名などが変わったとき | 被保険者証 | |
| | 修学のため、子どもが他の市町村に住居するとき | 被保険者証・在学証明書 | |
| | 被保険者証をなくしてしまったとき | 身分を証明するもの(免許証など) | |

※滋賀県内の他市町へ転出するときも、日野町の国保を終了する手続きが必要です。

※住民票で同じ世帯の方以外が手続きをされる場合は委任状が必要です。

問い合わせ先 ◆ 住民課 保険年金担当 ☎0748-52-6571

最近話題の仮想通貨って？

仮想通貨と電子マネーの違い

仮想通貨とは、コンピューターやスマホを介して使うインターネット上の通貨のようなものです。電子マネーに似ていますが、電子マネーは商品、サービスなどを購入する際の決済に限定されています。

仮想通貨は決済に加え、日本円との交換や商品の購入等送金にも利用できます。

仮想通貨の使い方について

仮想通貨はネット上の取引所(仮想通貨交換業者)を通して利用します。

利用者は取引所にアカウントを登録し、パソコンやスマホアプリを使って銀行口座から支払うなどして仮想通貨を入手します。

ただし、仮想通貨の購入価格は相場場で決定しますので、価格が大きく変動することもあるため、投資目的で売買する人も少なくありません。

仮想通貨の利用にあたり注意する点

仮想通貨はすべてコンピューターが自動処理しますので、誤って別人に送金したり、購入単位を間違えて過大な支払いが生じたりしても、取り消しができません。また、国や金融機関が保証していないため、価値が大きく下がるリスクを考慮しなければなりません。仮想通貨は使い慣れれば便利なものですが、リスクを伴う事も正しく理解しなければなりません。

問い合わせ先 ◆ 住民課 生活環境交通担当 消費生活相談窓口 ☎0748-52-2500

こころの健康と自殺 3月は自殺対策強化月間です
あなたにもできる

自殺予防のための行動

気づき 家族や仲間の変化に気づいて、声をかける

・ 発言や行動の変化や体調の変化など、家族や仲間の変化に敏感になり、心の悩みや様々な問題を抱えている人が発する周りへのサインになるべく早く気づきましよう。

・ 変化に気づいたら、「眠れていますか？」など、自分出来る声かけをしていきましよう。専門家に繋ぐ事が必要と感じたら下記の相談窓口を紹介しましよう。

傾聴 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

・ 悩みを話してくれたら、時間をかけて、できる限り傾聴しましよう。
・ 話題をそらしたり、訴えや気持ちを否定したり、表面

つなぎ 早めに専門家に相談するよう促す

・ 相談を受けた側も、一人では抱え込まず、プライバシーに配慮した上で、本人の置かれている状況や気持ちを理解してくれる家族、友人、上司といったキーパーソンの協力を求め、連携しましよう。

見守り 温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

・ 身体や心の健康状態について自然な雰囲気や声をかけて、あせらずに優しく寄り添いながら見守りましよう。

★こころやからだ(アルコール・薬物を含む)の不調の相談は

| 相談窓口 | 電話番号 | 受付機関 |
|----------------|---------------|---------------------------------------|
| 日野町保健センター | ☎0748-52-6574 | 月～金 午前8:30～午後5:15 (祝日・年末年始除く) |
| 滋賀県東近江保健所 | ☎0748-22-1300 | |
| 滋賀県立精神保健福祉センター | ☎077-567-5010 | 月～金 午前9:00～午後4:00 (祝日・年末年始除く) ※面接は要予約 |

電話や面接(要予約)による相談を行っています。事前にお電話ください。

★こころの悩み相談は

| 相談窓口 | 電話番号 | 受付日時 |
|---------------|-----------------------|--|
| 滋賀県自殺対策推進センター | ☎077-566-4326 | 年末年始を除く毎日 午前9:00～午後9:00 |
| 滋賀いのちの電話 | ☎077-553-7387 | 金・土・日 午前10:00～午後10:00 |
| 自殺予防いのちの電話 | フリーダイヤル ☎0120-783-556 | 毎月10日 午前8:00～翌日午前8:00 |
| こころの電話 | ☎077-567-5560 | 月～金 午前10:00～正午 午後1:00～午後9:00 (祝日・年末年始除く) |

問い合わせ先 ◆ 保健センター ☎0748-52-6574