

# のばそう、健康寿命！はじめよう、介護予防！ 「健幸長寿相談会」のお知らせ

健康や介護予防についての相談会を実施します。  
無料で、医師への物忘れ相談、歯科医師による歯科検診、  
その他専門家に相談ができます。  
○コロナ自粛で体力が落ちた。  
○いつまでも若々しく健康で長生きしたい。  
○自分や家族の健康や介護予防について相談したい。  
そのような方はぜひお気軽にご参加ください！！

参加無料

申込み不要

参加者には栄養調整ゼリーをプレゼント！  
(先着順、数に限りがあります。)



場所	農村環境改善センター	上三川いきいきプラザ 保健センター	明治南 コミュニティセンター
日時	9月3日(木)	9月9日(水)	9月10日(木)
午後1時30分～3時(受付 午後1時～)			
医師	やまだ脳神経外科 クリニック やまだ なおし 山田直司先生	小口内科小児科医院 こぐち よしお 小口義夫先生	うえのクリニック うえのしゅういち 上野修市先生
歯科 医師	さとう歯科クリニック さとう けんや 佐藤健也先生	二階堂歯科医院 にかいどう てつお 二階堂哲生先生	しもだ歯科 しもだなおひさ 下田修久先生

- ▶対象＝上三川町在住の方、年齢不問
- ▶内容＝各専門家が健康維持・介護予防のアドバイスを行います！感染予防に留意して、実施します。

物忘れ相談	医師による相談コーナー タッチパネルを使って認知症の簡易チェック
歯科検診	歯科医師による相談コーナー 歯科検診やお口のお手入れについて
介護予防	地域包括支援センターによる相談コーナー チェックリストで介護予防診断、運動教室のご案内
運動、健康	町保健師による相談コーナー 自宅でできる運動の紹介、健康に関する相談
栄 養	低栄養予防レシピの配布、栄養調整食品プレゼント



▶問い合わせ先＝健康福祉課 高齢者支援係 ☎ 56 9 1 0 2

相続対策【遺言・遺産承継】 認知症対策【後見・家族信託】  
無料・出張相談にも応じます。



司法書士  
ゆい総合法務事務所

上三川町しらさぎ1-25-7 TEL:0285-37-9742 上三川 司法書士



新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、施設の臨時休館又は、イベントを中止することがありますのでご理解願います。

【新型コロナウイルス感染予防】咳やくしゃみをする時は、マスクやティッシュ・ハンカチ、袖、肘の内側などを使って口や鼻を押さえます。

## 国民健康保険に加入の皆様へ

交通事故等にあったときは、**必ず第三者行為に関する届け出を!**

交通事故のように第三者から傷害を受けてケガをしたときは、原則として加害者が治療費を全額負担(自賠責保険など)すべきものです。

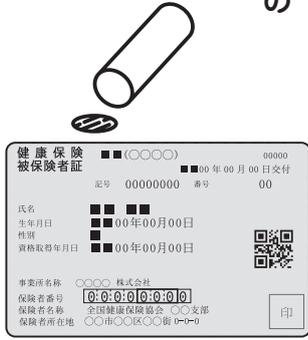
国民健康保険証を使って治療を受けた場合には、あとから加害者に費用を請求することになりますので、「第三者行為に関する届け出を必ず提出してください。」

また、けんか等によりケガをした場合も届け出が必要ですので、速やかな届け出をお願いします。

※加害者と示談が成立し、すでに治療費を受け取っている場合などは保険証が使えません。示談を結ぶ前に住民課に届け出をしてください。

### 届け出に必要なもの

- ・保険証
- ・印かん
- ・交通事故証明書
- ・被害届
- ・事故状況報告書
- ・誓約書
- ・誓約書
- ☆の書類は住民課窓口かホームページから入手してください。



▼問い合わせ先 住民課 国保年金係

☎ 9134

## 消費生活センターにご相談ください

### 消費豆知識 85

### ライブ配信サービスで「投げ銭」!?

**事例** 夫のクレジットカードに心当たりのない高額請求があり、カード会社に問い合わせたところ、ライブ配信アプリの課金だった。中学生の娘に聞くと、以前教えてもらった夫のクレジットカード番号を使って、ライブ配信で1回1万円の投げ銭を何度もしたようだ。投げ銭やゲーム、音楽等を購入して50万円以上の請求があった。

スマートフォン等でライブ形式の動画を配信したり、視聴したりする「ライブ配信サービス」の多くは無料で利用できますが、ライブ配信者を応援するための「投げ銭」という課金機能があります。子どもが保護者のクレジットカード情報や携帯電話のキャリア決済を利用して、勝手に課金してしまうケースがあります。クレジットカードやキャリア決済の暗証番号をしっかり管理しておくことが大切です。

子どもがどのようなサービスを利用しているのか、その決済の仕組みがどうなっているのか理解し、使い方について家族で話し合うようにしましょう。

▼相談日時 月々金曜日(祝日・年末年始を除く)

午前9時～正午、午後1時～4時

▼相談場所 上三川町消費生活センター

(夜場1階地域生活課内)

▼相談専用電話番号 ☎ 9153

消費者ホットライン188(イヤヤ)でもつながります。



暮らしを豊かに、新たなステージへ。

## 日産リーフ e+

心おきなくロングドライブを楽しめる。  
日産リーフ e+  
62kWhバッテリー搭載車  
一充電走行距離(国土交通省審査値)  
458km  
570km



NISSAN 栃木日産 上三川店 TEL 0285-56-7723

8月から  
新コース  
登場!

J SPORTS など計6chが4K画質で楽しめる!

## 4Kプレミアムジョイ 4Kプレミアムドリーム

基本コース(エンジョイコース/ドリームコース)のラインナップに、J SPORTSなどの4Kチャンネル計6chがセットになったコースです!

J SPORTS 1  
4K

J SPORTS 2  
4K

J SPORTS 3  
4K

サ・シノマ  
4K

ショップ  
チャンネル  
4K

QVC  
4K

料金・サービスに関するお問い合わせに関しては CATV 栃木ケーブルテレビ ☎ 0120-25-1819

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、施設の臨時休館又は、イベントを中止することがありますのでご理解願います。