

「市民総合相談室」から身近な情報をお届け

『カードローンって便利?』

近年、カードローンによる多重債務が問題となっていることをご存知ですか?

今回はこのカードローンにおける債務について紹介します。

■カードローン
カードローンとは、銀行系、信販系、消費者金融系におけるカードで限度額を設定し何度でも繰り返し利用できるカードのことです。

■金利は幅広く、借り入れる金額が高額になるほど、金利は優遇されません。終わりにすぎない借り入れ

最近では、お店に出向かなくてもインターネット上で申し込みが完了しカードが届く仕組みになっており、

借り入れた金額を一定金額で返済していきます。

実はこの安易性により、借りては返しの繰り返しになりやすく、多くの利用者が全額返済には程遠くならしていきます。さらには1枚のカードで限度額に達すると当然借り入れができなくなるので、さらに別のカードを作成し借り入れるといったサイクルに陥っていきます。

■問題

カードローンは、いざという時は便利なものではありませんが、安易に利用すると多重債務に陥りやすいので、カードローンや多重債務については、早めにご相談ください。



問 市民課市民総合相談室 ☎内線2530

《 「平戸よかよか体操」オリジナルCDおよびDVDを無償貸し出し中です! 》

— みんないきいき元気に —

高齢者の通いの場訪問

VOL.22

平戸市では、高齢者がいつまでも元気でいられるために、身近な地区公民館などで健康体操「平戸よかよか体操」を毎週行う場の設置を推進しています。

このコーナーでは、各地区の「高齢者の通いの場」を毎月紹介いたします。

問 福祉課高齢者支援班(地域包括支援センター) ☎内線2586



「山田はまゆう会」

山田地区では、平成24年から月に2回、高齢者を中心としたレクレーションや茶話会などを行う「山田よろう会」で、以前から活発に活動していましたが、平成29年3月に、山田・館浦地区まちづくり運営協議会の協力のもと「山田はまゆう会」も立ち上げました。

毎週20人程度集まり、介護予防を積極的に行う場として平戸よかよか体操を行っています。200グラムから1キログラムまで調整できるおもりバンド(ダンベル)を手首や足首に巻きつけて、1時間ゆっくり丁寧にしています。このように山田地区では、高齢者にとって大事な通いの場と交流の場がそろっています。

Interview

山田はまゆう会

代表
さかもと ようこ
坂本 ヨウ子 さん
(生月町)



私たちの地区は、高齢者同士が声をかけあって参加するため、参加者も比較的多く、はじめて参加する高齢者も増えています。

参加者の中には、高齢のため関節の痛みや腫れ、足のしびれなど体のあちこちに症状をきたしている人もいます。何もしないのでは、筋力などが落ちてますます動きにくい体になるので、なるべく体を動かすように話しています。参加者している皆さんは、やる気を出して、元気よく平戸よかよか体操を行っています。

今後もサポーター4人と参加者が一丸となって、会を続けていきたいと思っています。

活動日/毎週火曜
午前9時30分~午前10時30分
活動場所/山田活性化センター
対象者/山田地区住民
代表/坂本 ヨウ子
連絡先/53-0819



vol.09

你好(ニーハオ)!平戸

『1日の計は朝にあり』

皆さん、明けましておめでとございます。日本には「1日の計は朝にあり」ということわざがありますが、中国にも「1年の計は春にあり、1日の計は朝にあり」ということわざがあります。今回は、中国学生のとて大事なとされる朝の風景を紹介します。

私は小学校から高校まで、毎朝学校に着いたら、最初にすることは20分くらいの朗読でした。これは学校が決めた朝読(ちやうどく)の時間です。

中国では、脳が一番活性化している朝に、声を出して読むことで、より強く印象に残ると考えられています。朝読は私にとってとても大事で、漢詩などの暗唱はもちろん、普



国際交流員
董 海燕
(ドン・ハイヤン)
(中国出身)

段口に出せない英語も朝読なら恥らうことなく大声で読むことができました。大学に入ってから、決まった朝読の時間はありませんが、朝グラウンドに行けば、朗読する人がいっぱい見られます(中国の大学生はほとんど寮生活)。1日の計は朝にあり、1日の始まりは元気な声から。今年も元気溢れる年になりますように、再び朝読を始めようと思います。

問 文化交流課交流推進班 ☎内線2269