

マイナンバーカードの管理はしっかりと

スマートフォンにもマイナンバーカードを利用できるサービスが普及し、さまざまな行政サービスを手軽に利用できるようになりました。便利な反面、マイナンバーカードやスマートフォンの管理には十分気を付けてください。マイナンバーカードを登録している状態のスマートフォンを不用意に他人に渡すと個人情報悪用されるおそれがあり大変危険です。またスマートフォンを紛失した場合、必ずマイナンバー総合フリーダイヤル(0120-95-0178)にも連絡して、電子証明書の一時利用停止を依頼してください。

消費生活センターからのお知らせ

後払いアプリの注意点

後払いアプリ(Paidy、メルペイなど)とクレジットカードは、商品購入時に後から支払う決済方法です。クレジットカードは原則として18歳以上が利用でき、審査も厳しいですが、後払いアプリは、18歳未満も利用できる場合があります。クレジットカードに比べ審査が緩やかです。気軽に買い物ができるが、使いすぎには要注意です。利用上限額や支払期日などを確認し計画的に利用しましょう。



問 市民課消費生活センター ☎22-9122

一地域でいさいさ一通いの場 VOL.97

平戸市内各地域で、週に1回以上、「平戸よかよか体操」や趣味活動を行う住民主体の通いの場を紹介します。

問 長寿介護課高齢者支援班(地域包括支援センター) ☎22-9133

「月曜朝から気持ちよくスタート!」

令和6年7月に活動を始めた、田平地区の「岳崎四方辻クラブ」。メンバーに会うことを楽しみに、積極的に参加し、介護予防に取り組んでいます。

岳崎四方辻クラブ 連絡員/阿立 千和子さん

活動日/毎週月曜日 午前9時～

活動場所/岳崎公民館

開催地区/田平岳崎地区

特徴/身体の変化だけでなく、地域貢献や社会参加できる喜びを感じています。楽しく活動し、もっと回数を増やしたいという声もあっています。



「平戸よかよか体操」CD・DVDを無償貸し出し中です!また、平戸市ホームページでも動画を公開しています!

8月のオレンジカフェ日程表

※参加料がかかる場合があります。

オレンジカフェでは脳トレ、講話、専門職相談などを行ってます。参加する際は、事前にご連絡ください。

名称	とき	ところ	連絡先
認知症予防カフェ「とかじん」	8月31日(日) 10:00～12:00	デイサービスセンターとかじん(岩の上町)	デイサービスセンターとかじん (☎23-3388)
介護予防カフェ「毎快Deカフェ」	8月2日(土) 9:00～11:00	木引田介護スクエア内(木引田町)	リハビリ特化型通所介護毎快 (☎22-7154)
介護予防カフェ「よろうで喫茶」	8月19日(火) 10:15～12:00	平戸市社会福祉センター(岩の上町)	平戸市社会福祉協議会 (☎22-2180)
認知症予防カフェ「およりよ」	8月23日(土) 10:00～11:30	ホープドリーム(職人町)	地域包括支援センター (☎22-9132)
介護予防カフェ「えつなん」	8月3日(日) 10:00～11:30	平戸荘デイサービスセンター(紐差町)	代表 濱田 (☎090-3850-8153)
介護予防カフェ「なんぶカフェ」	8月28日(木) 10:00～12:00	多目的研修センター(辻町)	平戸市社会福祉協議会 (☎22-2180)
認カフェ「いなほ」	連絡先へお尋ねください。	和く話く交流館(生月町)	いなほグループ (☎53-3012)
介護予防カフェ「ゆ〜らり」	8月20日(水) 10:30～12:00	生月高齢者生活福祉センター(生月町)	平戸市社会福祉協議会生月支所 (☎53-2615)
介護予防カフェ「ふれあいカフェ」	8月20日(水) 14:00～16:00	大島高齢者生活福祉センター(大島村)	平戸市社会福祉協議会大島支所 (☎55-2100)
介護予防カフェ「ニコニコ」	8月7日(木) 13:30～15:00	平戸市福祉保健センター(田平町)	平戸市社会福祉協議会田平支所 (☎57-2223)
介護予防「ふれあいカフェ」	8月20日(水) 10:00～11:30	南地区交流センター(田平町)	田平まちづくり協議会 (☎29-9008)

国際交流員の日記

岩の上のヨーシェ

vol.12

日本の夏はとても暑いと思います。特に割と寒いオランダから来た人にとって。もちろん、平戸の夏にはさまざまな楽しいことがあります。とても綺麗な海で泳ぐこと、友達とバーベキューすること、そして夏の祭りが大好きです。

日本の夏も楽しいですが、私はオランダの文化の中の一つがとても恋しいです。

それは、terrasjes(テラス)です。オランダでテラスというのは、天気の良い時にカフェやレストランの外のテラスで食事やお酒を飲みながら、楽しく会話をすることです。店の外でも食事ができるカフェやレストランも意味します。

テラス



▲オランダのテラス



▲テラスでの様子



国際交流員
ジョセフィネ・スミット
(オランダ出身)

春や夏になると、ライデンの運河沿いにはたくさんさんのテラス席が並び、多くの人が太陽の光を楽しみながら、リラックスした時間を過ごします。あの雰囲気、夏になると恋しくなります。

文化交流課交流推進班 ☎22-9143