

教えて！

消費生活相談所

最近、消費者トラブルの相談や被害が増えています。トラブルや被害を防ぐために事例や注意点などをシリーズで紹介しますので、参考にしましょう。

ATMで「お金が戻る」は詐欺です!! 【還付金詐欺】

相談内容

役場職員や税務署の職員を名乗って「医療費や税金の還付金がある。手続方法を教えるのですぐATMに行くように」と指示された。



相談所から

還付金がATMで支払われることはありません。「すぐに行くように」と言うのが還付金詐欺の特徴です。役場や税務署に確認しましょう。「おかしいな」と感じたときは、消費者ホットライン[☎188(いやや)土日受付可]または南三陸町消費生活相談所に相談しましょう。

☎ 南三陸町消費生活相談所 ☎29-6215

健康コラム

教えて！あなたの健康づくり

今月は、宮城県漁協志津川支所 遠藤康平さんにインタビューをしました。

Q 健康づくりのために取り組んでいることはありますか？

日課で夕食前にランニングをしています。始めたきっかけは、高校を卒業して陸上競技をしなくなり、筋肉を脂肪にたくなくてダイエットをしたことです。夜の炭水化物を控えることから始めて、ランニングも日課になりました。体重が落ちるにつれて1つずつすることが増えていきました。

一番気をつけていることは、食事・睡眠・運動をバランスよくすることです。仕事で効率よく体を動かすために、疲労をとることを心掛け、食事は高校の部活で教わったことを生かしています。食事のときは野菜から先に食べるようにし、朝食をしっかり食べています。夜の間食はあまりせず、日中、間食する時は、素焼きのアーモンドを食べています。また、仕事が忙しくなると肌トラブルが起きることがあるので、ストレスをためないように心掛けています。一番のストレスの解消方法は、ランニングですね。

Q 取り組みを続けられる秘訣は何ですか？

一定期間やり続けると日常化して、やらないと気持ち悪く感じるようになりました。特に努力しているわけではありません。たまにサボることもあります。



Q 今後挑戦したいことは？

ストレッチはしていますが使っていない筋肉があると思うので、ヨガを取り入れてみたいです。ベイサイドアリーナのヨガ教室に参加してみたいと思っています。また、機会があれば人間ドックを受けたいです。



話を聞いて

20代という若さで、びっくりするほど健康に対する意識が高く、日常生活の中にしっかりと取り入れている遠藤さん。人間ドックで健康チェックをしてみたいという話も、意識の高さがうかがえる一面でした。遠藤さんのようにはいかないにしても、健康づくりの輪が、同世代の皆さんの中にも広がっていくといいなと思いました。

☎ 保健福祉課健康増進係 ☎46-5113

平成29年度

情報公開・個人情報保護実施状況

町では、公正で開かれた町政の推進と個人の権利利益の保護に取り組んでいます。平成29年度における情報公開制度および個人情報保護制度の実施状況をまとめましたので、お知らせします。

情報公開条例に基づく開示請求の状況

- ・特別職の出張スケジュールに関する文書…1件
- ・工事に関する文書……………8件
- ・入札などに関する文書……………1件
- ・被災建築物アスベスト含有量調査に関する文書……………1件
- ・道路の整備や新規認定などに関する文書…1件
- ・道の駅に関する文書……………1件
- ・過去の防災計画およびマニュアルに関する文書……………1件
- ・南三陸町の番地・筆界（字界、字名など）に関する文書……………2件
- ・郵便物の支払などに関する文書……………1件
- ・南三陸病院における契約に関する文書……1件

- ・旧志津川病院救急対応システムなどに関する文書……………1件
- ・町議会議事録に関する文書……………1件

※この件数には、開示請求自体が取り下げられたものは含んでいません。また、開示請求先（実施機関）は、「町長」が19件、「南三陸町議会」が1件となっています。

個人情報の開示の実施状況

町長に対し1件の開示請求がなされました。

その他運用状況

個人情報の訂正請求および個人情報の利用停止請求は、ありませんでした。

☎ 総務課総務法令係 ☎46-1370



未来への道

1000km縦断リレーがまもなくスタート！



7月24日(火)から8月7日(火)までの15日間、青森から東京まで東日本大震災の被災地を縦断する「未来（あした）への道1000km縦断リレー2018」が開催され、28日(土)のゴール（午後4時50分予定）と翌29日(日)（午前8時30分予定）のスタートは、南三陸さん商店街が会場となります。

28日(土)のゴール後には、郷土料理の振る舞いのほか、ゲSTRANナーとの交流を行うウェルカム交流イベントを予定しています。事前の申し込みなしで参加できますので、ぜひお越しください。※復興への思いを「たすき」でつなぐランナー・サイクリストたちへ応援をお願いします。また、SNSで「#1000kmリレー」を付けた応援メッセージも募集中です！

ゲSTRANナー （予定）[敬称略]

山本 博（アーチェリー選手）、畑中みゆき（元フリースタイルスキー選手）、
山田 拓朗（パラ水泳選手）、富田 洋之（元体操選手）、水内 猛（元サッカー選手）

未来への道1000km縦断リレー 検索 ☎未来への道1000km縦断リレー2018運営事務局 ☎03-3255-5613