

### 4月から 自転車保険などの加入が義務化されます

「東京都自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例」の改正に伴い、自転車を利用中の事故で他人にけがを負わせてしまった場合などに、損害賠償できる保険などへの加入が義務化されます。

自転車利用者は、自己や家族の保険加入状況を確認してください。

**対象**  
▽自転車利用者  
▽利用者未成年の場合はその保護者  
▽自転車使用事業者  
▽自転車貸付事業者

**ご注意ください**  
▽自動車保険や火災保険などの特約、クレジットトカードなどの付帯保険に損害賠償が付

▽自転車に「TSマーク」が貼られていても、記載の点検日から1年で保険期間が満了します。

詳細は、都民安全推進本部交通安全課のウェブサイトをご覧ください。

**問い合わせ** 市民安全課 市民安全係

### 世界連邦推進 全国小学生ポスター作文コンクール 三小2年生の余湖快軌さんが入賞

世界連邦運動協会青梅支部では、世界平和をテーマに市内の小学生からポスター作品を募集し、令和元年11月に小学生平和ポスター展を開催しました。

青梅支部の入賞作品が全国審査会の審査を受け、三小2年生の余湖快軌さんが入賞しました。

入賞作品は、2月20日までJICC

A地球ひろば（新宿区市谷本村町10-5）に展示されます。

**問い合わせ** 市民安全課 市民相談係



### 消費生活講座 災害時の食を考えるといざという時に ぜったいに役立つ！エコ献立

**日時** 3月13日（金）午後2時～4時

**会場** 市役所7階食堂

**対象** 市内在住・在勤・在学者

※未就学児の参加不可

**内容** 災害時に役立つ道具等、限られた食材や熱源で調理する方法の解説と試食

※調理実習はありません。

**講師** 料理研究家・防災クッキングアドバイザー 鈴木佳世子氏

**定員** 先着30人（予約制）

**費用** 100円（材料代）

**持ち物** 筆記用具



鈴木佳世子氏

**申し込み** 2月17日から

**電話** 市民安全課 市民相談係へ

#### 講師紹介

阪神淡路大震災の被災経験から、災害時における食の大切さを知る。いざという時に役立つ備蓄や、家庭に常備されている食材を使い、最小限の火や水を使った調理のアイデアを自身の経験をもとに実演・解説している。

### その電話ちよつと待った！ 犯人の電話に出ないで 被害ゼロ

令和元年の詐欺等被害発生状況：19件・約2千192万円

今年も詐欺の犯人からの電話がかかってくるのが予想されます。

被害に遭わないために

▽不審な電話やメール等が届いたら、すぐに家族や警察に連絡して相談する。

▽迷惑防止機能付電話機またはナンバーディスプレイ電話機を設置する。

▽詐欺被害防止のため、金融機関で一定額以上の取り引きがある場合、警察官が用途を確認する場合があります。

▽一人で判断せず、警察や家族に相談を！

**問い合わせ** 青梅警察署防犯係 2612、市民安全課 市民安全係



### 特別相談「多重債務110番」

都と連携して多重債務特別相談を実施します。

債務問題は、ひとりでも早く、早めに相談すること

**日時** 3月3日（火）午後1時30分～3時30分

**会場** 市役所3階相談室

**相談員** 弁護士

**費用無料**

**申し込み** 電話で市民安全課 市民相談係へ

### 特別相談「若者のトラブル110番」

1月～3月の「若者の悪質商法被害防止キャンペーン期間」に合わせて、消費者トラブルの不安を被害者の未然防止や拡大防止を図るため、特別相談若者のトラブル110番を実施

**日時** 3月9日（月）、10日（火）午前10時～正

**会場** 市民相談係

**申し込み** 市民安全課 市民相談係へ

### 消費生活講座 スパイス＆ハーブの香りを楽しむ講座

**日時** 3月6日（金）午後2時～4時

**会場** 市役所7階食堂

**対象** 市内在住・在勤・在学者

※未就学児の参加不可

**内容** 香辛料の役割（香りや色付けなど）、減

**講師** エスビー食品株式会社

**費用無料**

**持ち物** 筆記用具

**申し込み** 2月17日から

**電話** 市民安全課 市民相談係へ



### 消費者相談室302 家電量販店でカードが使われた!? 不審な電話に注意!

家電量販店から「あなたのキャッシュカードが使われている」と電話があった。その後、預金保険機構から電話があり、キャッシュカードの暗証番号を伝えた。さらに、警察から電話があり、「犯人を捕まえた。利用停止にするので預金保険機構の職員がキャッシュカードを取りに行く」と言われた。預金保険機構の職員を名乗る人にキャッシュカードを渡したら口

座から50万円引き出されていた。(80歳代女性)

被害を防ぐポイント  
家電量販店や百貨店が顧客に「店頭であなただのカードが他の人に使われている」と電話をする場合は、必ず警察に相談してください。

消費者相談室 22・6000（相談専用）

**相談日時** 月～金曜日 午前10時～正午、午後1時～4時

※第2・4火曜日は午後6時まで

※祝日を除く

**問い合わせ** 市民安全課 市民相談係

### 女性の健康づくり週間 もっと健康に、もっとステキに

女性は、ホルモンバランスにより心や体にさまざまな影響を受けます。充実した人生を送るためには、自分自身を知り、体からのサインを見逃さないことが大切です。

この機会に自分の体と向き合ってみませんか。

**日時・内容**  
▽3月2日（月）～13日（金）午前8時30分～午後5時15分・パネル展示、リーフレット

**会場** 市役所1階ロビー

**問い合わせ** 健康センター 2191

**配布**  
▽3月2日（月）、4日（水）、6日（金）午後1時30分～3時30分・保健師による健康相談、血圧測定

### 女性の健康づくり講座 骨盤臓器脱ってご存じですか?

骨盤臓器脱とは、骨盤内にある臓器が下がり膈から体外に出てしまう女性特有の病気です。骨盤の底の筋肉が緩むことにより起こり、産後や中年の女性に多いと言われています。

骨盤臓器脱の予防から治療について産婦人科医が

骨盤臓器脱とは、骨盤内にある臓器が下がり膈から体外に出てしまう女性特有の病気です。骨盤の底の筋肉が緩むことにより起こり、産後や中年の女性に多いと言われています。

骨盤臓器脱の予防から治療について産婦人科医が

**講師** 新町クリニック医師 片山恵利子氏

**定員** 先着60人（予約制）

**費用無料**

**服装・持ち物** 動きやすい服装、筆記用具

**申し込み** 電話 23・2191

91で健康センターへ

