

- 1 木
- 2 金
- 3 土
- 4 日
- 5 月
- 6 火
- 7 水
- 8 木
- 9 金
- 10 土
- 11 日
- 12 月
- 13 火
- 14 水
- 15 木
- 16 金
- 17 土
- 18 日
- 19 月
- 20 火
- 21 水
- 22 木
- 23 金
- 24 土
- 25 日
- 26 月
- 27 火
- 28 水
- 29 木
- 30 金
- 31 土

**障害者週間 (9日まで)****人権週間 (10日まで)**

●大津あきら杯県内選抜歌謡コンクール/ルネッサながと/10時～・13時～

●法律相談/長門市地域福祉センター/13時～16時/有料・要予約 (Tel.0838-24-0500)

●商工会議所・商工会合同なんでも相談会/長門商工会議所/10時～15時  
●街頭献血/フジ長門店/10時～・13時15分～●社会保険年金相談・申請/市役所本庁会議室/10時～15時/要予約 (Tel.0838-24-2158)  
●ながと絵画クラブ第30回絵画展/ルネッサながと文化情報ギャラリー/9時～17時/12月11日(日)まで**人権デー**

●TAO 2016/ルネッサながと/14時～

●TAO 2016/ルネッサながと/12時～・16時～  
●認知症市民公開講座/長門市中央公民館/9時45分～**上下水道使用料納期限 (三隅・俵山・東深川・西深川・深川湯本・渋木・真木地区)**

●行政相談/日置支所/10時～12時

●行政相談/三隅支所/10時～12時 ●行政相談/ラポールゆや/10時～12時 ●禁煙相談/長門健康福祉センター/13時～16時/要予約 (Tel.22-2811) ●法律相談/長門市地域福祉センター/13時～16時/有料・要予約 (Tel.0838-24-0500)

**日露首脳会談 ●発達クリニック/長門健康福祉センター/13時～16時/要予約 (Tel.23-1136)**

●骨の健康づくり相談日/長門健康福祉センター/9時30分～・13時～

●よろず支援拠点の市役所出張相談会/長門市中央公民館/要予約 (Tel.23-1136)

●ウォーキングで健康づくり/長門市保健センター/9時30分～11時30分/要申込 (Tel.37-2193)  
●やまぐち地域就職説明会/ルネッサながと/13時30分～16時●こころの健康づくり講演会/長門市地域医療連携支援センター/10時～11時40分/要申込 (Tel.37-2193)  
●発達障害支援啓発講演会「過ごしやすい環境づくり」/三隅保健センター/13時30分～15時30分

●油谷こどもミュージカル創立15周年記念公演/ラポールゆや/11時～・14時～ ●第11回和太鼓ワークショップ/ルネッサながと/13時～ ●コール・チュラカーギ第32回定期演奏会/長門市中央公民館/14時～

**ながと食の日**

●お酒に関する困りごと相談/長門健康福祉センター/15時～16時/要申込 (Tel.22-2811)

●心の健康相談/長門健康福祉センター/14時～16時/要予約 (Tel.22-2811)  
●法律相談/長門市地域福祉センター/13時～16時/有料・要予約 (Tel.0838-24-0500)

●人権・行政相談/市役所本庁市民相談室/10時～12時

●社会保険年金相談・申請/市役所本庁会議室/10時～15時/要予約 (Tel.0838-24-2158)

**天皇誕生日**

●たこ作り教室/仙崎公民館/9時～11時30分/要申込 (Tel.23-1173)

●米村でんじろうおもしろサイエンスショー/ルネッサながと/13時～・15時30分～

●学芸員のギャラリートーク/香月泰男美術館/11時～

**ながと生涯学習の日  
固定資産税3期納期**●骨髄バンク登録受付・C型B型肝炎検査・エイズ抗体検査/長門健康福祉センター/要予約 (Tel.22-2811)  
●法律相談/長門市地域福祉センター/13時～16時/有料・要予約 (Tel.0838-24-0500)**公務納め**

●無料法律相談/市役所本庁市民相談室/10時～15時/要予約 (Tel.23-1299)

**食推おすすめ料理**

長門市食生活改善推進協議会

**さつまいもとりんごのひき肉チーズ焼き**

～オープンを使ったお手軽イベントメニュー～

**材 料** (4人分)

さつまいも	…150g	A	塩	…小さじ 1/2
合いびき肉	…300g		こしょう	…少々
りんご	…1/4 個		ナツメグ	…少々
しいたけ	…4 枚		卵	…1 個
たまねぎ	…1/2 個		バター	…大さじ 1
			とろけるチーズ	…80g

**作り方**

※オープンに 200℃ に予熱しておく

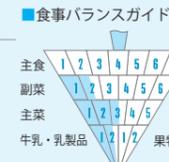
- ① さつまいも・りんご・しいたけは 1cm 角に切る。さつまいもは、耐熱皿に入れラップをし、500W で 2 分、電子レンジにかける
- ② たまねぎはみじん切りにする
- ③ 合いびき肉に A の材料を入れ、混ぜる
- ④ ①②③を一緒に混ぜ合わせ、バターを薄く塗った耐熱容器に入れて平らにならす
- ⑤ ④にとろけるチーズをのせて、200℃ で 15 ～ 20 分焼き、火が通ったら完成

**ワンポイントアドバイス**

見た目も豪華です。クリスマスやパーティーにいかがですか。

**栄養価 (1人分)**

エネルギー…359kcal  
たんぱく質…22.2g  
脂質 ……21.0g  
炭水化物 ……17.2g  
塩分相当量…1.2g

**ほっちゃんテレビ放送予定**

12/16 (金)・18 (日)

毎月 19 日は「ながと食の日」

**休日当番病院** まずは長門市応急診療所へ

月/日	曜	当 番 病 院	電話番号
12 / 4	日	長門市応急診療所 長門総合病院	27-0199 22-2220
12 / 11	日	長門市応急診療所 岡田病院	27-0199 23-0033
12 / 18	日	長門市応急診療所 斎木病院	27-0199 26-1211
12 / 23	金	長門市応急診療所 長門総合病院	27-0199 22-2220
12 / 25	日	長門市応急診療所 岡田病院	27-0199 23-0033
12 / 30	金	長門市応急診療所 斎木病院	27-0199 26-1211
12 / 31	土	長門市応急診療所 長門総合病院	27-0199 22-2220
1 / 1	日	長門市応急診療所 岡田病院	27-0199 23-0033
1 / 2	月	長門市応急診療所 斎木病院	27-0199 26-1211
1 / 3	火	長門市応急診療所 長門総合病院	27-0199 22-2220

**長門市応急診療所**

●診療科…内科・小児科

●診療日・時間…平日 19 時～ 22 時/日曜・祝日・年末年始 9 時～正午・13 時～17 時(受付は診療終了 30 分前まで)

**水道修繕当番店 (12 月)** \*は休日・夜間

地 区	道路部分	宅地部分
長門地区	水道課 Tel. 23-1171 Tel. 22-2111*	(有)天満水道 Tel. 26-0024
三隅地区	三隅支所 Tel. 43-0221	田村建材(株)Tel. 22-2036 Tel. 080-2924-4617*
日置地区	日置支所 Tel. 37-2111	(有)安田建材Tel. 32-1217 Tel. 090-1013-6036*
油谷地区	油谷支所 Tel. 32-1111	(有)おきた Tel. 32-1034

**消費者トラブルQ&A****子どものオンラインゲームでのトラブルに注意**

**Q** クレジットカードの利用明細に、覚えのない 6 万円の請求があった。調べてみると自分が以前使用していた古いスマートフォンで、小学生の子どもがオンラインゲームで遊び、ゲーム内のアイテムを購入していたことがわかった。また、クレジットカードの情報もそのスマートフォンに残っていたようだ。通信契約もしていないスマートフォンだが、支払わなければいけないのか。

**A** スマートフォンは、通信契約を解約した後も自宅や飲食店の Wi-Fi (無線 LAN) 環境などを經由してインターネットにつながる場合があります。また、使用していないスマートフォンでも、インターネットにつながると簡単にクレジットカード決済ができる場合があります。

民法上は親など法定代理人の同意のない未成年者の契約は取り消すことができますが、クレジットカードの管理責任を問われたり、オンラインゲームに登録するときに成年と嘘をついた場合は、未成年者取消権の例外となり、取り消すことができなくなります。トラブルを防ぐためには、まず親子で話し合い、ゲームの仕組みや料金体系、決済方法などをお互いに理解し、遊び方やルールを決めることも重要です。

**問い合わせ** 長門市消費生活センター Tel. 23-1115  
山口県消費生活センター Tel. 083-924-0999