

# 消費生活 安心ガイド

## くかしこい消費者になろう

### 第18回 使いすぎていませんか？ クレジットカード！



現在では、国民一人当たり、2枚から3枚のクレジットカードを持つ人が増えています。

中には、5枚、6枚と持っている人も見受けられます。クレジットカードは、非常に便利になり、ポイントを貯めようと、買い物に限らず、公共料金などの引き落としに利用する世帯も増えていきます。しかし、クレジットカードの仕組みを理解しうまく使うのは、簡単ではありません。全国の消費者センターには、クレジットカード（とくにリボルビング払い）の相談が増

えています。

リボルビング払いは、月々の支払いを一定額に抑えられる分、支払い期間が長期化し、手数料がかさむことがあります。

キャッシュバックなどの特典をうたいカード会社が積極的にリボルビング払いを勧める動きがあります。

これは、当然カード会社に利益があるからです。

### 【問題点】

❖リボルビング払いの仕組みを理解しないままに気軽に利用している。

❖月々の支払いが一定であるため、使い過ぎにより、支払い期間が長期化、手数料がかさみ、多重債務の一因になる。

❖リボルビング払い専用のカードや、自動でリボルビング払いになる設定について適切に情報が提供されていない。

### 【アドバイス】

❖クレジットカードの新規申込や設定変更をする時は、カードの仕組みを理解した上で申し込みをする。

❖支払う余裕のある時には、一括や支払い回数を短くする。

❖所有するクレジットカードの支払方法、引き落とし日、利用明細を確認し、保管する。

❖手持ちのお金がないからと気軽にクレジットカードやリボルビングを利用しない。

以上の注意点を守りクレジットカードの使い過ぎに注意しましょう。

カード利用で不安がある、支払いが大変だ、そんな時は、迷わず消費者センターに相談しましょう。

### 相談窓口

市役所市民課

(☎) 662-3163

## まちの文化財 64

### く伝説の琴弾峠

琴弾峠は平成14年に琴弾トンネルが開通して通ることが少なくなりました。琴弾山、琴弾坂とも言いました。しかし地図では漢字で琴引峠と表現されています。

琴弾峠の宮垣側に袖ヶ池があります。長さ12㍓、幅8㍓の小さな澄みきった池で、水深は約60㍓です。周囲には桜の木がたくさんあり春は綺麗です。この池にお姫様伝説があります。宮垣と八木では内容が少し違います。

宮垣には三方城があります。城主三方正秀の奥方が、三方城の落城後に実家の八木に帰っていました。ある日、三方城の見える場所で家臣の冥福を祈って琴を弾いていました。しかし在りし日が忍ばれて悲観したお姫様は、池に身を投げてしまいました。池から着物の片袖が見つかったので、袖ヶ池と呼ぶようになりました。

八木には八木城があります。羽柴秀吉に攻められた城主八木豊信の娘の奈津江姫は、八木城を逃れました。しかし琴弾峠から振り返ると炎上するお城が

見えました。お姫様は力尽きて池に身を投げました。数日後に着物の袖が池にぽっかりと浮いていました。そこで袖ヶ池と呼ぶようになりました。

琴弾峠はなぜ琴弾峠と呼ぶのでしょうか。伝説ではお姫様が琴を弾いたからだと言います。実際には松風が琴の音色に聞こえたのでしょうか。

また袖ヶ池には、三つの句碑があります。文化11年（一八一四）に建てられた喜撰法師の歌碑には「伊津の世に、しらへの音の絶に公舞、琴弾山の声のき故えぬ」とあります。別の句碑には「朧夜や、琴弾坂を夢に越す」、  
「蟬聞くや、ふもとに遠き袖ヶ池」などです。昔から俳句の名所になっています。

(教育委員会社会教育課)



袖ヶ池と琴引峠

# 「健康」 ワンポイント アドバイス



師 健 万 里  
小 保 千 小

## 「サポートファイル」 「すこやかな成長を支えるために」

サポートファイルは、お子さんの健やかな発育・発達を旨とし、支援に必要な情報を一冊のファイルにまとめたものです。

ファイルはお子さんの成長にあわせて、所属する機関(幼児センターや小学校など)に引き継いで行きます。その子に関係する支援者が情報を共

## やっちゃんぶうちゃん 「1作:アーマーズ」 1A2A3Aの巻 vol.67



幼稚園等

・就学後：各学校

### 【内容】

「乳幼児期」「学齢期」「就労期」の三段階に分けて対象児(者)の特徴やより良い関わり方、または健康上の留意点などを記録します。

### 【活用時期について】

作成の時期はいつでも結構です。必要と思った時にご相談ください。また、保護者の方が必要になったと判断された場合は、活用を停止することもできます。

### 【お問い合わせ】

市役所福祉課

(☎662-3162)

市役所健康課

(☎662-3167)

教育委員会学校教育課

(☎664-1162)

## こんにちは 地域包括支援センターです



## 高齢者の「うつ」に注意!

現在、日本の自殺者は年間3万人以上であり、その3割以上が60歳以上の方です。その自殺者の7割の原因が「うつ」といわれています。

60歳を越えたあたりから、人は様々な変化を体験します。例えば、定年による社会的地位の変化や配偶者等の死による近親者の喪失です。それ以外にも、家族の関係が希薄となりコミュニケーションが減少したり、病気が増えたりもします。このような喪失体験や環境の変化が重なり次第にうつ状態になってしまふことがあるのです。

高齢者のうつは症状が典型的ではなく、気分の落ち込み等の一般的な症状よりも、漠然とした不安の訴えや不眠・食欲不振・めまい・肩こり等の体の症状が出る人もいます。また、反応や動きがゆっくりになったり、引きこもりがちになったりすることから、認知症と間違われやすいという特徴もあります。

うつは特別な病気ではありません。50代の人が生涯に一度は何らかのうつ状態を経験するとも言われていますし、きちんと治療すれば必ず治る病気です。気になることがあれば、1年のせいかしらね」と安易に考えず、かかりつけ医や地域包括支援センターに相談してみましょう。

### こころの健康を保つ方法

- ①地域の活動に参加してみましょう。
- ②日中を元気に活動し、夜に心地良く眠りましょう。
- ③「なんとかなるさ」を口癖にしましょう。
- ④気持ちがつらくなったら人に話してみよう。

### 【お問い合わせ先】

市役所介護保険課

地域包括支援センター

(☎662-7603)