# おいしい年賀状 当選発表

▲年賀はがき裏面（みほん）

〝おいしい年賀状〟を受け取った方の中から抽選で100人に「中野市産きのこの詰め合わせ」をプレゼントします。なお、JP（日本郵便）のお年玉付年賀はがきの当選番号ではありませんのでご注意願います。

**◎当選した年賀はがきをお持ちの方へ**

・当選した年賀はがきをお持ちいただくか、はがきの裏面をFAXまたは郵送でお送りください。（※コピー可）

・当選した番号を電話でお教えください。この場合、差出人を確認させていただきます。

**◎年賀状を発送した方へ**

・当選した年賀はがきの送付先をお教えください。

※おいしい年賀状を発送した方にも抽選で10人に「きのこ詰め合わせ」が当たりますが、当選は発送をもって発表に代えさせていただきます。

**申出期限**　2月25日㈮（必着）

**商品発送**　3月4日㈮ごろ、自宅などへ宅配します。

**問い合わせ先**　市役所売れる農業推進室推進係

☎㉒2111（内線381）

★当選番号★

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 00110 | 00113 | 00228 | 00302 | 00351 | 00396 |
| 00582 | 00875 | 00965 | 01150 | 01406 | 01434 |
| 01510 | 01635 | 01720 | 01848 | 02057 | 02115 |
| 02151 | 02346 | 02416 | 02440 | 02567 | 02794 |
| 02825 | 03001 | 03022 | 03217 | 03536 | 03553 |
| 03645 | 03646 | 03741 | 03792 | 03898 | 03900 |
| 03957 | 04203 | 04328 | 04581 | 04909 | 04948 |
| 05351 | 05368 | 05396 | 05509 | 05512 | 05543 |
| 05781 | 05984 | 06100 | 06204 | 06370 | 06429 |
| 06438 | 06507 | 06577 | 06658 | 06922 | 07103 |
| 07234 | 07480 | 07539 | 07838 | 08016 | 08068 |
| 08078 | 08132 | 08217 | 08346 | 08539 | 08588 |
| 08827 | 09087 | 09119 | 09148 | 09169 | 09204 |
| 09399 | 09578 | 09803 | 09923 | 09946 | 09967 |
| 10026 | 10053 | 10244 | 10422 | 10442 | 10659 |
| 10963 | 11058 | 11147 | 11337 | 11380 | 11512 |
| 11721 | 11766 | 11860 | 11984 | | |

## 火災・救急・危険物
# 平成22年中の事故件数

### ■火災

**住宅用火災警報器が活躍**

平成22年中、市内での火災は14件（中野消防署管内11件、豊田消防署管内3件）発生し、前年より5件の減となりました。出火件数の内訳は、建物火災8件、車両火災2件、その他の火災が4件でした。

建物火災における出火原因では「たばこ・ライター」や「こんろの消し忘れ」など人的ミスによる火災のほか、電気機器、配線などからの出火が2件発生しています。

また、住宅用火災警報器が作動したことによる通報が2件あり、いずれも火災になる前に発見され、火災予防に威力を発揮しました。

### ■救急

**適正利用にご協力を**

市内の救急発生件数は1545件で、昨年に比べ136件増加しました。

出動件数の増加と、市外の病院への搬送が多くなったため、救急車の出動時間が長くなっています。誰もが利用できる救急車ですが、台数には限りがありますので、真に必要な患者さんのため適正な利用にご協力をお願いします。

患者さんの様子や事故の状況などから、緊急の必要があると思ったときは迷わず119番通報してください。

### ■危険物にかかわる事故

市内で発生した危険物（灯油など）の漏えい事故は2件で昨年と同数でした。

発生原因は撤去作業中のタンクからの漏えいと、何者かによるバルブ操作によるものでした。危険物の取り扱いと管理には細心の注意を払いましょう。

**問い合わせ先**

岳南広域消防本部

中野消防署☎㉒3386

豊田消防署☎㊳2355



# 消費生活相談

## 消費者トラブルと解決法【第6回】

【電子商取引　無料サイトと架空請求】

**事例**…携帯電話で「無料」の着メロ（着信メロディ）サイトに登録したつもりが、「有料」の出会い系サイトに登録したことになり、業者から高額なサイト利用料の請求が届いた。

**アドバイス**…業者から請求が届いても、利用していなければ代金を支払う必要はありません。別の業者から次々と身に覚えのない請求が届くこともあります。

聞かれるままに住所や氏名、勤務先などの個人情報を教えないようにしましょう。

**解決方法**…しつこい請求は、ドメイン（インターネット上の住所）指定拒否の設定をし、必要に応じてメールアドレスを変更しましょう。メールの内容は証拠として残しておきましょう。

ご不明な点は下記までご相談ください。

**問い合わせ先**
市役所市民課生活交通安全係
☎（22）2111（内線238）
長野県長野消費生活センター
☎026（223）6777

## 『売れ農』情報局

### 地元食材を食べて健康づくり「豆類」

日本人が古くから食べている豆類は、エネルギー源として欠かせない食物で、タンパク質と脂質が主成分の大豆や落花生、炭水化物が主成分の小豆やインゲン豆、エンドウ豆があります。

みそ、しょうゆ、豆腐、納豆などの原料である大豆は、昔から「畑の肉」と言われるほど栄養価が高く、近年その良さが見直されています。

また、赤飯、あん、汁粉、和菓子などに広く使われる小豆は、活性酸素を除去する成分やポリフェノールを多く含んでいます。

日ごろから豆類を食べ、健康維持に努めましょう。

**保存方法**　缶やビンなどの容器に、乾燥剤を一緒に入れて冷暗所で保存しましょう。

**栄養・効能**　食物繊維をはじめ、ビタミン、ミネラル、鉄分などが豊富で、肌荒れを防ぎ、疲れを取り除くなどの効果があります。

## こんにちは　電話医療相談所です

Q　今年は花粉の量が多いと聞きますが、花粉症はどんな病気ですか。

A　花粉症を引き起こす花粉は数10種類以上で、大別すると樹木花粉（スギ、ヒノキなど）、草本花粉（ブタクサなど）です。日本で多い花粉症はスギ花粉症です。

### 症状

花粉が目や鼻の粘膜などに接触すると、主にくしゃみ、鼻水、鼻詰まり、眼のかゆみ・充血などの症状が見られます。症状は個人差がありますが、一度発症すると自然に治りにくい病気です。

### 予防・治療

**【抗原の回避】**　花粉飛散情報を利用し外出や窓の開閉を工夫し、花粉の侵入を避ける、マスクや眼鏡を使用し侵入する花粉量を減少させる、職場や学校、自宅に花粉を持ち込まないなどの対策が重要です。

**【薬物療法】**　症状に合わせて薬剤を使うことで高い効果がありますが、あくまで症状を抑えるものです。

薬物などの治療に改善がみられない方は手術治療も検討されます。

**【免疫（減感作）療法】**　原因の抗原が判明した場合、その花粉のエキスを用いて皮膚への注射（皮下注射）を繰り返して行うもので、長期通院が必要となるため、医師から十分な説明を受けてから始めましょう。

医師とコミュニケーションを取り、症状などを正確に伝え、的確な治療、アドバイスを受けましょう。

**問い合わせ先**
市役所健康長寿課健康管理係
☎㉒2111（内線242）
北信総合病院医療安全管理室
☎㉒2151（内線5522）

**電話医療相談所　☎㉓0300**
午前8時30分から午後10時まで
土曜日・日曜日・祝日・12月30日～1月3日は除く
医療に関する相談に電話でお答えします