

夏の過ごし方

圏地域子育て包括支援センター
TEL551-2370 FAX 551-2330

本格的な夏が始まり、気温が上昇する中でも、子どもは毎日元気に体をたくさん動かして遊びます。汗をよくかく子どもにとって、水分補給は欠かせません。水分補給のタイミングの目安は、起床後・食事時・外出時や帰宅後・入浴後・就寝前などとなります。

冷やしたミルクは胃腸に負担がかかるので、冷やさずに飲ませてあげましょう。

離乳食が始まった子どもは、水分補給に母乳やミルクのほか湯冷ましや麦茶を飲ませることもおすすめです。子ども向けのイオン飲料や経口補水液は、大量に汗をかけた時などに飲ませるようにし、飲み過ぎにならないよう注意しましょう。

水分は、飲み物だけでなく汁物やサラダ、煮物などからも摂ることができます。野菜にも水分が含まれているので、上手く料理に取り入れていきましょう。

水分が不足すると、おむつを替えた時に、おしっここの量が少ない・おしっこの色が濃くなる・不機嫌・顔色が悪くなるなどの症状がみられます。

日頃から、子どもと一緒にこまめに水やお茶を飲むなど、水分補給を心がけましょう。



消費生活相談窓口

－サブスク(サブスクリプション)の契約に注意!!－

Q 高校生の息子が中学生の時に音楽のサブスクを申し込んだ。

その後利用していないのに毎月2千円を3年間も支払っていた。

携帯電話料金とまとめた支払いだったため気づかなかった。



A サブスクは、定額を定期的に支払うことで、一定期間、商品やサービスを利用できる仕組みです。無料トライアル(お試し)であっても、期間内に業者の定める方法で解約しないと、多くの場合自動的に定額サービスに移行し支払いが続きます。申し込み前に最終確認画面などで、有料プランへの移行時期、価格、解約方法などをよく確認しましょう。

圏自治振興課 消費生活相談窓口
(平日のみ)

TEL551-0115 FAX 551-0432

9:15~12:00 13:00~16:00

圏滋賀県消費生活センター(平日のみ)

TEL0749-23-0999 9:15~16:00

圏消費者ホットライン

(土日祝も相談できます)

TEL188

いずれも相談は無料

特殊詐欺被害に遭わないために

滋賀県内で特殊詐欺被害が増加しています。令和6年1月から4月末までの間で、栗東市内での被害件数は2件、被害額は約144万円です。被害に遭わないために、詐欺の手口やだまされないためのポイントを紹介します。

架空料金請求詐欺

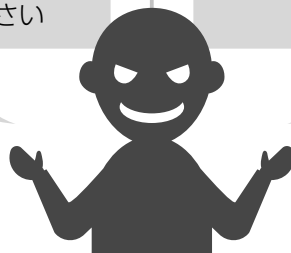
未払いの料金があるなど架空の事実を口実とし、金銭等をだまし取る手口

還付金詐欺

税金の還付などに必要な手続きを装って、犯人の口座に現金を振り込ませる手口

〇日までに料金を支払わないと裁判になります。コンビニで電子マネー(プリペイドカード)を購入してカード番号を教えてください

未払い金の受け取り手続きのため、今から携帯電話を持ってATMに向かってください



ポイント!!

- 電話でお金が出たら、家族に相談する。
- 常に留守番電話機能を設定しておく。
- 優良防犯電話を使用する。
- 公的機関の名を出されても信用しない。

圏危機管理課 TEL551-0109 FAX 518-9833