

# 加東サンサンチャレンジ説明会 & 市民公開ダイエット講座を開催!

みんなで聞こう  
ダイエットの裏技!

9月1日から受け付けを開始した「加東サンサンチャレンジ」3カ月で3kgやせる市民大運動には、すでに多くのお申し込みをいただいています。今年度のサンサンチャレンジの説明会と市民公開ダイエット講座を同時に開催します。脳と体質を変える睡眠の意外な事実やダイエットの新しい情報満載です。

サンサンチャレンジにまだお申し込み

みてない方も参加できますのでお気軽にご参加ください。入場料は無料です。なお、加東サンサンチャレンジの受け付けは、10月24日土日までです。公開講座に参加された後でも申し込みできますので、ぜひ挑戦してください。

申し込み・問い合わせ  
市民安全部健康課  
(加東市保健センター)

☎ 43・0436  
FAX 42・3978

## 市民公開ダイエット講座

**日時** 10月24日(土)  
10:00~(受付9:30)

**場所** 社公民館(多目的研修館)

**演題** 「ねむってやせる」

**講師** 京都医療センター予防医学研究室長  
医師 坂根直樹さん

**対象** どなたでもご参加いただけます。

**申込方法** 10月20日(火)までに電話かファックスで加東市保健センターへお申し込みください。

**その他** 代謝アップのハーブティーサービス、サンサンジム体操の発表、サンサン協賛店の紹介などもあります。



坂根医師は糖尿病外来、肥満外来の診療に携わる一方、ダイエット教室などで全国各地を巡っておられます。日本一のダイエットサポーター! 全国にファン多数!

## ご存知ですか? 行政相談

行政相談とは

行政への苦情や相談、要望等を受け付け、公平・中立な第三者的立場から関係機関に必要なあつせんを行い、その解決や実現を促進するとともに、国民の声を行政運営の改善に役立てるものです。

相談内容は

- 行政の仕事やその手続き、サービスなどについて
- 制度や仕組みが分からない
- 苦情や困っていることがある
- 困っていることがあるが、どこに相談してよいか分からない
- 関係機関に相談してみたが、相手の説明や対応に納得がいかないなど

### 10月19日(月)~25日(日)は「行政相談週間」

加東市では、行政相談委員による特設行政相談所を次のとおり開設します。相談は無料で、秘密は固く守られます。

日時	場所	担当
10月19日(月) 9:30~11:30	はびねす 滝野 ☎48-0800	菅野文雄さん
10月23日(金) 13:30~15:30	社福祉センター ☎42-2006	大西英彦さん
10月25日(日) 13:00~15:00	東条ボランティアセンター ☎46-0911	藤原文子さん

特設行政相談所のほか、定例行政相談所を毎月開設しています。くわしくは21ページの各種相談をご覧ください。

問い合わせ 企画部企画政策課(社庁舎) ☎43-0387

## 人権擁護委員に土江康仁さん

このたび、新しい人権擁護委員に土江康仁さん(多井田)が就任され、法務大臣から委嘱状が交付されました。任期は、平成21年10月1日から3年間です。

土江さんには、人権擁護委員として、市民の日常生活に接しつつ、人権思想の普及と高揚を図るとともに、人権侵害が起きないように監視し、人権の擁護に努めていただきます。

また、平成9年7月から4期、12年にわたって人権擁護委員を務められた。



土江康仁さん(多井田)

服部二郎さん(新町)が、任期満了により平成21年9月30日付で退任され、法務大臣から感謝状を受けられました。