



年金相談・手続きは予約を

日本年金機構では、年金相談の予約を実施しています。皆さんの都合に合わせて相談できるほか、相談内容によりスタッフが準備のうえ丁寧に対応します。

予約受付専用電話

☎0570-05-4890(ナビダイヤル)
(050で始まる電話からは03-6631-7521)
※予約は希望日の前日まで。週の初日は混雑が予想されます。

受付時間 月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分(祝日、年末年始を除く)

予約を利用できる相談・手続き

- 各種年金請求の手続き
- 年金見込額・年金記録の確認
- 各種通知書の内容確認・再交付申請
- 年金の受取口座変更手続き

※老齢年金、障害年金、遺族年金および未支給年金の請求手続きはインターネットからの予約も可能です。詳しくは「日本年金機構 予約相談」で検索してください。

問合せ 太田年金事務所 ☎49-3716

消費トラブルにご注意!



カップ麺を作るときは、添付以外の食用油は×

【事例】

即席カップ麺に、湯とMCTオイルをほぼ同時に入れて食べようとしたところ、容器の底が抜け、足に湯がかかった。

商品には「カップが変質し破損するおそれがあるので、添付以外の食用油などは加えないでください」との注意表示があったが、目立たない表示だった。(70歳代女性)

【ひとこと助言】

主に即席カップめんや惣菜などの食品に使用されている発泡ポリスチレン製容器に、MCTオイル(中鎖脂肪酸油)などの食用油を

加えたところ、容器が破損して湯が流失したという相談が寄せられています。

容器の変質・破損を招くため、発泡ポリスチレン製容器にMCTオイルやえごま油など、添付以外の食用油などは加えないでください。容器から漏れ出た湯でやけどをするおそれがあります。

添付以外の食用油などを加えたい場合は、即席カップ麺の中身を発泡ポリスチレン製容器以外の容器に移してから加えるようにしましょう。

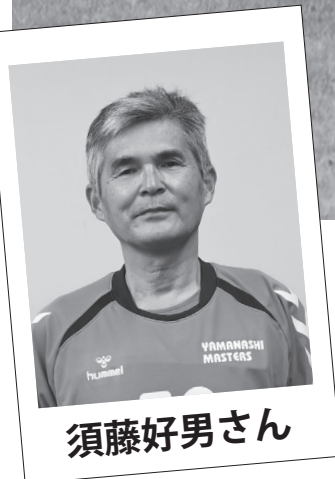
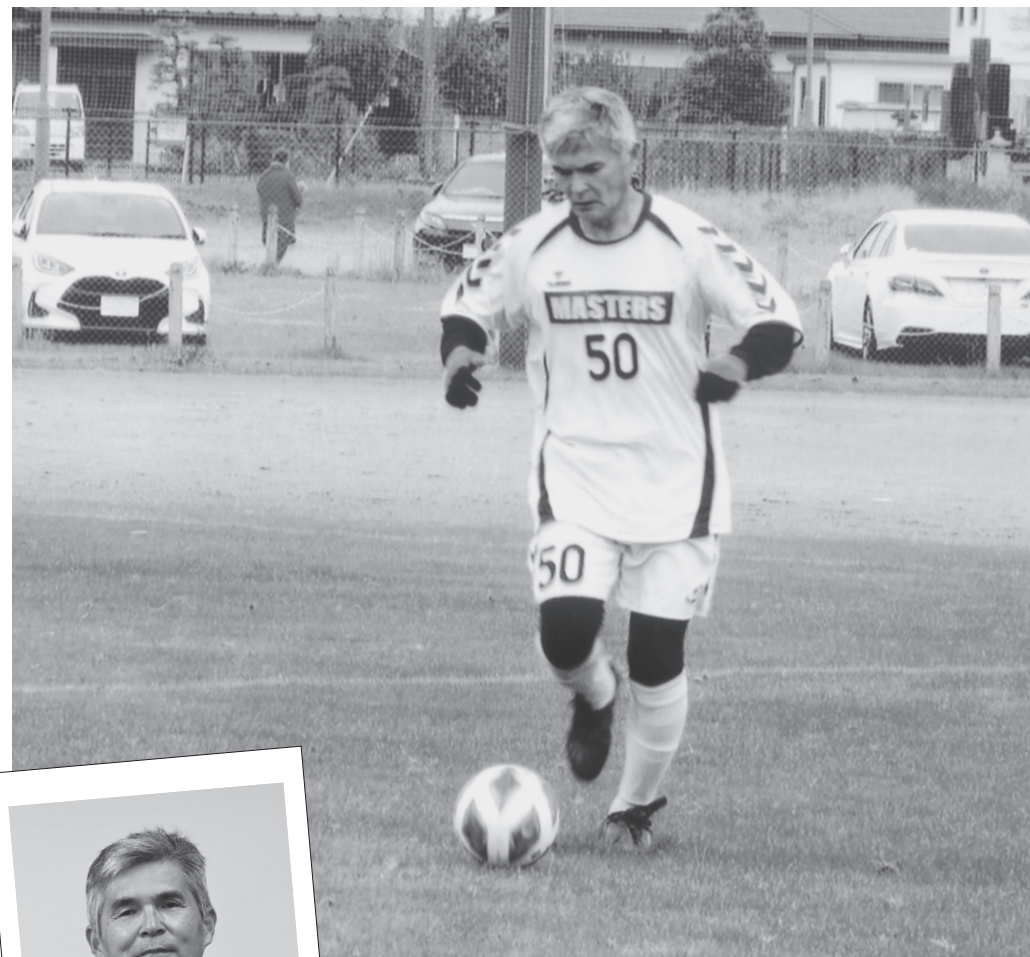
※MCT(中鎖脂肪酸)は、エネルギーに変わりやすく、ダイエット効果があるといわれていますが、発泡ポリエチレン製品が化学変化しやすい性質があります。

相談は消費生活センターまで ☎82-7830(ナヤマナシ)

休日当番医

期日	内科系	外科系	耳鼻科
3月3日(日)	福田ペインクリニック 84-1233	長谷川クリニック 80-3311	ふじの木整形・内科クリニック 91-4070
3月10日(日)	ましも内科・胃腸科 62-2025	神尾内科医院 75-1288	館林市夜間急病診療所 73-2313
3月17日(日)	高橋クリニック 75-7772	小西医院 86-2261	岡田整形外科クリニック 72-3163
3月20日(祝)	寺内医院 88-1511	たけい小児科・アレルギー科※ 76-2525	真中医院 72-1630
3月24日(日)	横田胃腸科内科 72-4970	藤原医院 88-7797	川島脳神経外科医院 75-5511
3月31日(日)	大泉町泌尿器科内科 63-7800	こやなぎ小児科※ 80-2220	新橋病院 75-3011
4月7日(日)	三浦医院 62-2917	うえの医院 72-3330	小曾根整形外科 72-7707
4月14日(日)	館林記念病院 72-3155	堀越医院 73-4151	慶友整形外科病院 49-9000
歯科			
館林邑楽歯科保健医療センター 73-8818 午前9時～正午			

●診療時間は、午前9時～午後5時(ただし、耳鼻科の診療時間は、午前9時～午後1時) ●内科系の※は、小児科のみとなります。
●受診前に必ず医療機関に電話で確認してください。 ●救急テレホンサービス ☎73-5699:受診可能な病院を紹介しています。
●感染症の流行状況により、電話が繋がりにくい場合や診察に時間を要する場合があります。あらかじめご了承ください。



すとう よしお 60歳

大海海老瀬在住

読書が趣味という須藤さん。今は東京に住むお孫さんに会うのが何よりの楽しみだそうです。



レポーター
広報編集委員
まどうかずひろ
須藤一洋

サッカー人生のスタート

本格的にサッカーを始めたのは、中学校の部活から。仲のよい友人の影響や、海外サッカーのプロの試合をテレビで見て、入部を決めたそうです。

中学3年生の時には県で3位、高校でもインターハイ県予選で3位、大学では東京都リーグ1部で活躍されたそうです。社会人になってからも関東大会に3度出場しています。

全国への道は甘くない

その中でも、全国大会へ一番手に届きそうだったのが、高校3年生の時の国体予選です。須藤さんは実力が評価され、群馬県選抜に選出されました。

予選大会では、対戦した栃木選抜に勝利すれば、国体出場が決まるというところまで行きました。終盤までリードしていたものの同点に追いつかれ、延長の末に惜敗を喫したということです。「一瞬

Face フェイス

常によいサッカー選手でありたい
コミュニケーションを大切に
夢の全国大会をめざす

見えた全国への道、甘くはないと痛感しました」と、当時は振り返っていました。

まだまだチャレンジは続く

その後「板倉サッカークラブジュニア」でコーチを務めているときには、お世話になったかたから「選手としてシニアで全国をめざせ」と激励されたそうです。

現在は、大学時代の同期のかたとの縁で「山梨マスターズ60」に所属し、チーム練習のために月に2～3回は山梨県まで通っているそうです。

そして、全国大会を目標に2021年から5年間の計画を立てました。はじめの2年は60歳に到達しないため、準備期間としました。本年度からが本格的な挑戦です。今回の結果は予選敗退となりましたが、基礎的な体力や技術を磨き続け「常によいサッカー選手でありたい」をモットーとして、仲間とのコミュニケーションを大切にしながら、須藤さんの全国へのチャレンジは続きます。