



ひとひと 女・男 ひろば

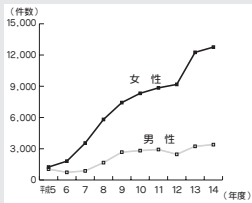
< 第35回 >

内職、副業を考えているみなさん サイドビジネス商法に気をつけて！

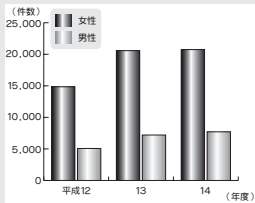
出産や子育て後の女性の就業形態として、内職、副業といった形を選択する人も多くなっています。ところで、国民生活センターには内職、副業関係の相談が寄せられており、その多くは女性からのものです。内職・副業関係の相談件数の推移を見ると数多くの女性が問題を抱えていることが分かります。

また、サイドビジネス商法（「内職・副業になる」、「脱サラできる」などをセールストークに何らかの講座、教材、パソコンなどの契約をさせる商法）の相談件数も圧倒的に女性が多くなっています。社会進出に当たって、技能、知識を身に付けることは重要ですが、さまざまな悪質なケースも多いことに注意が必要です。

内職・副業関係苦情相談件数の推移



サイドビジネス商法の相談件数



備考 1.国民生活センター消費生活相談データベースにより作成
2.平成15年4月24日現在のデータ

新津市の人口

	平成15年12月31日現在 前月比)	前年同月比
男	32,612 (+ 2)	(+ 102)
女	35,203 (+ 13)	(+ 38)
計	67,815 (+ 15)	(+ 140)
世帯数	21,731 (+ 28)	(+ 337)

12月中の動き

出生 47	死亡 64	転入 165
転出 133	結婚 25	離婚 7

(次号へ続く)

立ち上られ！バイオリサーチパーク[®]

地域交流講座

「21世紀を創るバイオの世界」



「ダイエツトの科学」(その1)
講師 植物資源学・細胞工学研究室助教 小林義典さん

人はなぜ肥満になるのでしょうか。人に限らず、地球上の生物にとって、どうすれば最も効率よくエネルギーを確保・保存し、生存できるかが歴史上克服すべき最大の問題でした。現代の日本社会のよ

うに、多種多様な食品が身の回りに有り余っているのは、歴史上特異な時代です。人類の歴史を一年にすると、このような飽食の時代は十二月三十一日午後十一時五十六分五十一秒ごろから始まったばかりなのです。したがって、われわれの体は、余剰のエネルギーを摂取できる時にしっかりと摂取し、エネルギーを効率よく貯蔵し、飢餓状態に備える仕組みになっています。そして、現代、悪玉扱いされている脂肪は、最も効率の良いエネ

ルギー貯蔵形態なのです。このようなわけで、この飽食の時代に本能の赴くままの食生活を送ると、脂肪をたつぷり貯めこむことになります。

ここで、簡単に食欲のメカニズムをみてみましょう。脳の視床下部には摂食中枢と満腹中枢とがあります。食事をすると血液中のブドウ糖濃度(血糖値)が上がると、満腹中枢が刺激されて、満腹感を覚えます。食後は約二時間で血糖値が下がり、すると摂食中枢が刺激されて、空腹感を覚えます。同時にエネルギーを、食事をすることで供給されるブドウ糖から体内に蓄積された脂肪に切り替えます。脂肪が

分解されると血液中に「遊離脂肪酸」という物質が増え、この物質からも摂食中枢に空腹のサインが送られます。つまり、「お腹が空いた」すぐに食べる！」ではありません。「お腹が空いた」脂肪燃焼中！です。お腹が空いたら、手を伸ばすだけで食事ができることなど、ありえないことだったので。野生の肉食動物はお腹が空いてから狩に出かけます。この時、身体に貯蔵していた脂肪を運動のためのエネルギーとして使用し、また運動によって交感神経系が刺激されることにより、食欲は抑制されます。つまり、お腹が空いてきた時こそ、運動で脂肪燃焼するチャンスと言えます。

防災情報はラジオチャットで

朝イチ情報をコンパクトにお届けします！

モーニング・ブリーズ

▶ニュース/天気/交通情報/トピック/スポーツ...世界の動きから地域の話まで！

月～金 7:00～8:50 ラジオチャットから生放送！

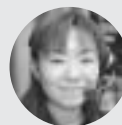
ラジオチャット76.1MHz 〒956-0816 新津市東町2-5-6

*災害が起きたときは、番組を中断して防災情報を放送します。TEL 23-5000 FAX 23-5100 リクエストTEL 23-5900

私たちがお伝えしています！



パリーグ
大好き！
月火水
長島 邦英



アルビ
大好き！
木金
野口 智美

最新情報はホームページでチェック！

<http://www.chat761.com/>