

令和元年度 第1回

健康フォーラム

※(ホ) 健康ポイント対象事業です!



三島町健康づくりイメージキャラクター「桐子」

～目指せ!健康寿命+10歳(プラステン)～

日時: 5月25日(土) 午前9時30分～午後1時

会場: 三島町町民センター 大ホール

主催: 三島町

全町民の健康づくりを推進するため、「目指せ!健康寿命+10歳(プラステン)」をキャッチフレーズに、今年度第1回目の「健康フォーラム」を開催いたします。

今回は、今年度の健康づくり事業計画や健康診断の大切さの説明や活動量実態調査についてお知らせいたします。健康づくりに関心のある方はもちろん、今まで自分の健康について考える時間のなかった皆様も、ぜひご参加ください。元気で長生きできるためにも、自分の体についてよく知り、生活習慣を見直していきましょう!

第1部 (午前9時30分～) 要申込 (入場無料)

- 令和元年度 三島町健康づくり事業説明
- 健康診断のいろは～健診でしかわからない自分の体～
- ウォーキングのススメ～自分に合ったウォーキング方法～
【講師: 会津若松市 スポーツクラブ JOYFIT】

第2部 (午前10時45分～) 要申込 (参加費無料)

- 活動量実態調査 (事業委託先: (株)タニタヘルスリンク)

～モニター参加者募集中!～

①令和元年度 第1回セミナー

「活動量計と体組成計の上手な活用方法」

②測定会 (体組成など)

※活動量実態調査 (モニター調査) の参加者と参加希望の方は、是非ご参加ください。



モニター調査で使用する活動量計

昼食 (午前11時30分～)

- ちょうど良い適量メニュー
メニューの紹介と「無料試食会」



○申込方法 参加を希望される方は、5月22日(水)までに電話又は役場窓口にてお申込みください。

○申し込み・問い合わせ先 町民課 保健福祉係 ☎(48) 5565

防災無線 全国一斉緊急情報 緊急地震速報訓練のお知らせ

5月15日(水)
午前11時頃



町では、地震や他国からの武力攻撃などの非常時に、全国瞬時警報システム(J-ALERT※)から送られてくる国からの緊急情報を、様々な情報伝達手段を用いて確実に伝えるため、下記のとおり緊急情報伝達手段の訓練を行います。

情報伝達手段	内容
防災無線の放送	各地区に設置してある防災無線拡声器及び各家庭の防災戸別端末(テレビ電話)から、次の放送内容が一斉に放送されます。 【放送内容】 ①「こちらは、防災三島町広報。」 ②「これは、Jアラートのテストです。」×3回 ③「こちらは、防災三島町広報。」

※三島町以外の全国の市町村でも試験が実施されます。

※ J-ALERT (ジェイ・アラート) とは

地震や武力攻撃などの非常時に国から送られてくる緊急情報を人工衛星などを利用して瞬時に情報伝達するシステムです。

☎総務課 総務係 ☎(48) 5511

※(ホ)こらんしょ運動教室のお知らせ

心身機能の向上を目的とした『こらんしょ運動教室』を開催します。膝や腰、肩などの痛みを楽にする効果的な運動方法や、マッサージ・ストレッチなどの方法を学ぶことができますので、お気軽にご参加ください。

- 定期開催 (どなたでも参加できます)
 - 日時 5月13日(月) 午前9時30分から
 - 会場 町民センター1階 ふれあいの間
- 地区開催

- 日時 5月17日(金) 午後1時30分から
- 会場 滝原林業集会センター

- 講師 健康運動指導士 島田 一郎 先生
- 準備品 ①飲料水 ②みしま健康ポイントカード

- 内容 受付、血圧測定、お知らせなど (30分)
島田先生による運動教室 (1時間30分)

☎社会福祉協議会 ☎(52) 3344



狂犬病予防注射のお知らせ

- 令和元年度の狂犬病予防注射は5月22日(水)です。
対象の方には個別に文書を送付しますので、詳細はそちらをご覧ください。

○犬を飼う際の留意点

- ①犬を飼う場合は「登録」をしなければなりません。必ず役場で登録の手続きを行ってください。
- ②「狂犬病予防注射」は毎年1回行う必要があります。動物病院等で予防注射を行った場合は、注射済証明書を持って役場へ届出をしてください。
- ③飼い犬の登録者に変更があった場合は、変更の手続きが必要です。
- ④飼い犬が亡くなった場合は、死亡の届出が必要です。

☎町民課 町民係 ☎(48) 5555

※(ホ)…みしま健康ポイントの対象です。

『集落魅力づくりプロジェクト』

**自ら考え実行する
美しい地区づくりを支援します**

①令和元年度 三島町地区支援事業補助金【2次募集】

町では魅力ある地区づくりを推進する事業に対し補助金を交付します。振興計画の地区目標の実現にご活用ください。(下記のとおり申請を受け付け、審査の上、採否を決定いたします)

なお、地区担当職員が地区の課題の解決や地区資源の発掘・有効活用を支援しますので、お気軽にご相談ください。

◎募集期限 5月24日(金)まで

対象事業	町内の地区(行政区)又は地域づくり団体等が行う事業で、次の要件を満たすものとする。 ①地区の魅力拡大や課題解決、住民福祉の向上、交流活動の促進など、地区づくりを目的とする事業であること。 ②一時的なものでなく、継続的な取り組みにつながる内容であること。 ③事業主体が地区以外の地域づくり団体の場合は、事業の実施場所となる地区との連絡調整が図られていること。
補助の額	補助対象経費の10分の10以内(千円未満切り捨て) ※ただし補助対象経費が委託料・工事請負費・備品購入費に限られる事業の場合、補助の額は5分の4以内とする。(国・県等の補助採択を受け、その自己資金に当補助金を充当する場合はこの限りではない) 補助の額は上限50万円とする。 ※交付要綱に基づき対象外となる経費があります。
その他	同一地区内から複数の申請があった場合は、その地区内における補助の合計額の上限を50万円とする。
申請先・問合せ先	地域政策課 地方創生推進係 ☎(48)5533 申請書様式や要綱はHPからも確認することができます。

②令和元年度「美しい地区づくり町民運動」

地区等が実施する道路沿いの花植えや清掃活動など、美しい地区づくりを目的とした下記の対象活動における必要な資材を現物支給いたします。

◎募集期限 随時受付

対象活動	花植え、花壇・プランター整備	地区内清掃
活動内容	草花を道路沿いに設置するプランター及び花壇に植栽する場合	地区内のゴミ拾い等、クリーン活動に関する作業をする場合
支給資材	草花の種子、球根、苗、肥料、土、プランター、その他町長が必要と認める経費	軍手、ゴミ袋、その他町長が必要と認める経費
申請先・問合せ先	地域政策課 地方創生推進係 ☎(48)5533 現物支給のため、発注等のお時間をいただくことになります。原則、実施日の1ヵ月前にお問い合わせください。	

高齢者の肺炎球菌予防接種のお知らせ

町では、高齢者の肺炎球菌予防接種費用の一部助成を行っています。対象となる方のうち、今年度65歳になる方には予診票をお送りしております。その他、経過措置対象者の方などで、接種を希望される場合は、予診票をお渡しますので、役場町民課へ申し込みください。

肺炎球菌とは…

肺炎、副鼻腔炎、中耳炎、髄膜炎などの原因となる細菌で、高齢者の肺炎の一番多いものが肺炎球菌で、特に高齢者での重篤化が問題になっています。ただし肺炎の原因は、この菌だけではないためすべての肺炎を予防できるわけではありません。接種後効果は少なくとも5年間は維持します。

- 接種対象者 ※23価肺炎球菌ワクチンの予防接種を受けたことがない方
 - ① 65歳の方 (すでに予診票を送付してありますので申し込みは不要です。)
 - ② 60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓又は呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する方及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方
 - ③経過措置対象者の方
 - 65歳となる方(昭和29年4月2日生～昭和30年4月1日生まれの方)
 - 70歳となる方(昭和24年4月2日生～昭和25年4月1日生まれの方)
 - 75歳となる方(昭和19年4月2日生～昭和20年4月1日生まれの方)
 - 80歳となる方(昭和14年4月2日生～昭和15年4月1日生まれの方)
 - 85歳となる方(昭和9年4月2日生～昭和10年4月1日生まれの方)
 - 90歳となる方(昭和4年4月2日生～昭和5年4月1日生まれの方)
 - 95歳となる方(大正13年4月2日生～大正14年4月1日生まれの方)
 - 100歳となる方(大正8年4月2日生～大正9年4月1日生まれの方)
 - 101歳以上の方(大正8年4月1日以前に生まれた方)
- 接種期間・場所
令和2年3月31日までに県内の医療機関にて接種を受けてください。
- 費用(自己負担額) 4,250円 ※生活保護受給者の方は無料です
- その他 かかりつけの病院で接種してください。
※県立医科大学付属病院では接種を受けられません。
- 申込方法 電話又は役場窓口にて申し込みください。
- 申し込み・問い合わせ先 町民課 保健福祉係 ☎(48)5565

心の健康相談のお知らせ

- 日時 5月30日(木) 午後1時30分から
- 会場 町民センター 視聴覚室
- 内容 公認心理士による個別相談
- ※予約制になっていますので相談を希望される方は事前に保健師まで連絡をお願いします。

一人で悩んでいませんか？

仕事の悩み、子育て、不登校、引きこもり、いじめ、夫婦・人間関係、うつ、精神疾患などの心に関わるお悩みに、公認心理士がお話を伺い、具体的な対応について助言いたします。ご本人が来られない場合は、ご家族等関係者の相談で構いません。一人で悩まず、心の健康相談をご利用ください。秘密は厳守いたします。

☎町民課 保健福祉係 ☎(48)5565

消費税の軽減税率制度に関する説明会

消費税率の10%への引き上げと軽減税率制度の実施時期(10月1日)が迫ってきました。会津若松税務署では、事業者の方を対象とした消費税の軽減税率制度に関する説明会を開催します。消費税の軽減税率制度は、飲食料品を取り扱う事業者の方だけでなく、全ての事業者の方に関係のある制度ですので、是非ご参加ください。

- 日時 5月15日(水)
 - 午前の部
受付:午前9時30分 説明会:午前10時～11時30分
 - 午後の部
受付:午後1時30分 説明会:午後2時～3時30分
- 会場 会津若松市 アピオスペース(会津若松市インター西90)

☎会津若松税務署 ☎0242(27)4311