

笑顔でイキイキ！健康らんど

◆年に1度◆

いきいきライフ検診のお知らせ

○検診内容及び対象者・検診料金等

検診の種類	検診内容	受診対象となる方 (倶知安町民のみ)	自己負担金
特定健診、健康診査 【社会保険】(建設国 保・組合健保・政管 健保等)の方は受け られません。加入し ている健康保険が実 施している健診を受 けて下さい。	身体計測・腹囲測定・ 尿・血液(糖・脂・腎・ 肝・貧血等)・心電図・ 眼底検査等	① 倶知安町国民健康 保険の加入者又は生 活保護世帯の方で、 S60.3.31以前生まれ の方(今年度の誕生日 で満30歳以上になる 方) ② 後期高齢者医療保険 の対象者(健診当日で 満75歳以上の方)	無料
胃がん検診	胃バリウム検査	同上	1,000円*
大腸がん検診※	便潜血反応2日法	同上	1,000円*
肺がん検診	胸部レントゲン検査	同上	500円*
	喀痰検	上記の該当年齢で必要 な方(問診時相談)	1,000円*
骨検診	骨密度検査 (前腕で測定)	満30歳～65歳までの 方(ただし、5年に1回)	500円*
エキノコックス症検 診	血液検査	概ね20歳以上の方で、 5年以内に受けていな い方(5年に1度の検 診です)	無料

*胃・肺・大腸がん・骨検診は、倶知安町国民健康保険加入者は無料です。

(後期高齢者医療保険の方は有料)

※大腸がん検診無料クーポン券該当の方は無料です。

生活習慣病予防のための「いきいきライフ検診」を今年も行います。最初の受付を5時30分から開始しますので、お仕事を希望の方は是非ご活用下さい。

■検診(日時・場所)／
○7月7日～11日5時30分～10時15分(30分毎に受付時間を設定)
○倶知安厚生病院
■結果説明会(日程・場所)／
○8月下旬～9月上旬予定
○保健福祉会館

*特定健診を受けずにがん・骨・エキノコックス症検診を受けた方には9月中旬頃までに結果を郵送

■申込受付開始日時／
○保健福祉会館窓口受付
6月9日(月)9時～
○電話受付
6月10日(火)9時～
*定員になり次第受付終了
*広報5月号折込の「保健事業ガイド」も参照下さい。
*詳細は6月上旬に新聞折込予定のちらしにも掲載します(6月6日頃より会館窓口でも用意します)。

■保健福祉課保健指導係
☎22-1144

いつでも
みんな
生き生き

『シルバーパワーで活躍しています』

一般的に65歳以上の人のことを「高齢者」としていますが、65歳を過ぎてまだまだ元気に活躍されている人もたくさんいらっしゃいます。

退職後も再就職をして働きたい、フルタイムは無理だけど何日かは働きたいなど希望はそれぞれでしょうが、やはり仕事をすることは、生きがいや気持ちの張りにもつながります。

高齢者自身が希望する短期的・臨時的な仕事を通じて、生きがいの充実や社会参加、健康の増進を目的に、高齢者事業団やシルバー人材センターなどが各地域で活動をしています。

倶知安町では、平成3年に「倶知安町高齢者事業団」が設立され、民間企業や官公庁、一般家庭からの仕事を有償で請け負っています。

事業団で仕事をするには、会員になる必要があります。(年会費が必要です)おおよね60歳以上で、働く意欲のある人なら誰でも入会でき、働いた仕事に対する報酬として配分金を受け取ります。

仕事の内容は、会員の技能を生かした高齢者向けの軽作業が中心

となります。具体的には、除草や草刈り、冬囲いや剪定、施設や一般家庭の除雪、施設の清掃や管理など様々で、女性会員も積極的に活動をしています。作業内容や時間等により依頼料金は変わります。

高齢者事業団の運営は、会員により自主的に行われています。仕事ばかりでなく、会員同士が楽しく働き、親睦を深める集まりや催しをしたり、けがに備えて団体保険に加入するなど、福利厚生にも力を入れています。

現在、23名の会員が登録し、日々依頼された仕事で活躍をしています。

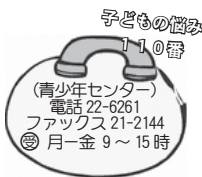
高齢者事業団では随時会員を募集していますので、お気軽にお問い合わせください。

■お問い合わせ／

倶知安町高齢者事業団

☎23-4020

(事務所…北1東3)



子育てを楽しみませんか。

健康づくりはお口から

みんなで目指そう

8020 (ハチマルニイマル)

6月4日～10日は、歯と口の健康週間です。生涯自分の歯で食べる楽しみを味わうためには、自分の歯が20本以上必要だと言われている「80歳になって20本以上自分の歯を保とう」という8020(ハチマルニイマル)運動が厚生労働省や日本歯科医師会によって推奨されています。

町保健指導係では、月に1回、就学前の子どもを対象にした「むし歯予防教室」を実施しています。



す。歯科医による診察と歯科衛生士による歯磨きや口の中を健康に保つアドバースなどを行っています。希望者にはフッ素塗布を無料でを行っています。

口の中を健康に保つためには、歯が生えた頃から始める食後の歯磨きが基本です。さらに食生活をはじめとする生活習慣も大きく影響します。「むし歯予防教室」では、さまざまな角度から歯や歯肉などを健康に維持していくことを目指

口腔衛生キャンペーン

- 日時／6月7日(土)
- 場所／後志総合振興局 1階道民ホール
- むし歯予防 DAY イベント／14時～16時
- 主催／後志歯科医師会
- 共催／北海道倶知安保健所
北海道岩内保健所

「歯と口は 健康・元気の 源だ」
(平成26年度 歯と口の健康週間標語)

美味しくたべることは、体の健康だけでなく、心の健康にもつながります。いくつになっても毎日を元氣よく過ごすための第一歩として、みんなで口口の健康を意識しましょう。

して生活全般にわたって相談できる場を目指しています。
日頃から、ご家庭でお子さんの仕上げ磨きをしていても、甘いものを取りすぎて歯肉炎になったり、片側で噛む癖によってかみ合わせがゆがんでしまうこともあります。そのため、定期的に専門家にチェックをしてもらい改善方法などをアドバイスしてもらうことが大切です。

子育て支援センターだより



★7月の広場のお知らせ

- あいあい広場 (0才児) 7月 9日 (水)
- きらきら広場 (1才児) 7月16日 (水)
- のびのび広場 (2・3才児) 7月23日 (水)

◎どの広場も七夕飾りの制作をします。

■申込み／6月9日(月)9時30分～

★砂遊びについて

暖かくなりましたら、フリー解放時に砂遊びを行います。お子さんと一緒に楽しんでください。
(足ふきタオル・帽子・着替え・汚れ物を入れる袋の用意をお願いします。)

子育て支援センター(南2東1) ☎ 22-0419
開館時間 9時30分～17時(4月～10月)
(正午～13時は玩具等の消毒のため一時閉館)
休館日 日曜日、祝日、年末年始

◎児童手当現況届について

児童手当の現況届は、引き続き手当を受けられるかどうかを決める大切な届出です。

必ず期限内に手続きを済ませてください。

なお、現況届出用紙は封書で本人に直接郵送致しますので、必要事項を記入し、関係書類を添付のうえ提出してください。

■提出するもの／

- ①現況届
- ②受給者の健康保険被保険者証の写し
- ③課税情報の確認に係る同意書
(平成26年1月1日以降に町内に転入された方は前住所地での平成26年度所得証明書)
- ④印鑑

※その他必要に応じて提出する書類があります

■提出期限／6月30日(月)

■提出先・お問い合わせ／

保健福祉課福祉係(保健福祉会館内)
☎ 23-0500