

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、掲載のイベントなどを変更(中止・延期・その他)する場合があります。

特定疾患患者福祉手当

☑福島県から指定難病医療費受給者証の交付を受けている人

☑月額1,000円の手当を支給
申請に必要な物など詳しくは、社会福祉課にお問い合わせください。

☎社会福祉課 ☎(88)8112

特別障害者・障害児福祉手当

☑在宅の障がい者で精神または身体に重度の障がいがあり、日常生活で常時特別な介護が必要な人

※手当の支給には所得制限があり、施設入所者などを除く

▶20歳以上の人 特別障害者手当
▶20歳未満の人 障害児福祉手当

申請に必要な物など詳しくは、社会福祉課にお問い合わせください。

☎社会福祉課 ☎(88)8112

重度心身障がい者への交通費助成

☑次のいずれかを所持する人 ●身体障害者手帳1級(上肢、下肢または体幹、視覚障がいの人は2級まで)

●療育手帳A ●精神障害者保健福祉手帳1級

※人工透析患者通院交通費助成に該当する人を除く

☑1枚600円の利用券を24枚交付(年度途中の申請は、年度内の残りの月数に相当する枚数を交付)

※タクシー券、自動車燃料券のどちらにも利用できます。

申請に必要な物など詳しくは、社会福祉課にお問い合わせください。

☎社会福祉課 ☎(88)8112

原子力災害に関する情報

詳しい測定結果は、市ホームページをご覧ください。

●農産物などの放射性物質濃度の測定結果(1月分) (単位:件)

品目	測定値(セシウム)			計
	検出せず	100Bq/kg以下	100Bq/kg超	
野菜	74	0	0	74
果樹類	1	0	0	1
穀類	2	0	0	2
きのこ	0	0	0	0
山菜	1	0	0	1
その他	9	5	1	15
計	87	5	1	93

※100Bq/kg 超の農産物は流通していません。 ☎農政課 ☎(88)9139

●各地区の放射線簡易測定結果(3月1日~11日に測定) (値:マイクロシーベルト/時)

地区	測定箇所	最小値	最大値	平均値
須賀川	60	0.06	0.13	0.08
浜田	9	0.07	0.12	0.09
西袋	63	0.05	0.17	0.10
稲田	14	0.08	0.12	0.10
小塩江	25	0.06	0.12	0.09
仁井田	36	0.06	0.17	0.10
大東	31	0.06	0.12	0.08
長沼	47	0.07	0.20	0.12
岩瀬	51	0.08	0.18	0.12

☎環境課 ☎(88)9130

はり・きゅう・マッサージ等療養費助成券

☑①70歳以上の人
②65歳以上で身体障害者手帳1級・2級を所持する人

☑1枚1,000円の利用券を12枚交付(施療1回につき1枚利用)

※年度途中の申請は、年度内の残りの月数に相当する枚数を交付

必要な物 ●後期高齢者医療被保険者証または健康保険被保険者証

●身体障害者手帳(②の人)

※代理で申請するときは、代理人の本人確認書類(運転免許証など)

申請場所 長寿福祉課、各市民サービスセンター

※4月1日(木)から7日(水)までは、市役所内に臨時の申請窓口を設置します。

☎長寿福祉課 ☎(88)8116

市手話奉仕員養成講座I(入門)

☑5月13日~9月2日の木曜日(全17回) 午後6時30分~8時30分

☑初めて手話を学ぶ人、または本講座の再受講を希望する人

☑20人

☑聴覚障がい者に対する理解・認識を深め、手話による日常会話ができ、市登録通訳者として活動する人の養成講座

¥3,300円(テキスト代)

講師 須賀川地方聴力障害者会

☎4月26(月) 申電話またはFAX

☎社会福祉課 ☎(88)8112

☎(88)8119

健康チャレンジ教室(生活習慣病予防教室)

☑5月17日(月)~7月26日(月)(全6回) 午後1時30分~3時30分

☑市保健センター

☑生活習慣病予防などの健康づくりに関心のある人

※おおむね70歳までの人

☑20人

☑栄養や運動の講習、血圧測定、体組成測定ほか

☎5月7日(金)

☎健康づくり課 ☎(88)8123

第29回すこやか福島ねりんピック

開催日・競技種目

▶5月19日(水) ソフトボール
▶5月20日(木) マレットゴルフ、ターゲット・バードゴルフなど22種目

☑会場 ●会津総合運動公園(会津若松市門田町大字御山字村164) ●八幡岳マレットゴルフ場(梅田字八幡岳7-1) ●福島空港公園緑のスポーツエリアほか

☎(公財)福島県老人クラブ連合会 ☎024(523)2131、県健康づくり推進課 ☎024(521)7825

初心者のための手話コーナー

●つながるコミュニケーション 66

☑第

中指を立てて下におろす。

(一社)福島県聴覚障害者協会「ろう者との対話のために」より

「YOU悠ドック」の実施

☑4月26日(月)~令和4年1月31日(月)

☑昭和56年4月2日~昭和57年4月1日生まれの人

※対象者には、2月に案内を郵送しましたが、2月以降の転入者で受診を希望する人は、健康づくり課にお問い合わせください。

☑日帰りの人間ドック

☎健康づくり課 ☎(88)8122

胃がん・子宮がんの集団検診は予約制で実施

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、本年度から、胃がん・子宮がんの集団検診は、予約制となります。

☑集団検診の登録者で本年度に受診対象となる人(次のとおり、予約申込書を郵送します)

▶胃がん検診 6月上旬
▶子宮がん検診 5月中旬

☑予約申込書に必要事項を記入の上返送してください(この時点では仮予約)。後日、受診録と合わせて予約確定のお知らせを郵送します。

☑新たに受診を希望する人、昨年度に未受診で希望する人(昨年度に施設検診を受診した人は対象外)は、健康づくり課にお問い合わせください。

☎健康づくり課 ☎(88)8122

「ここはなプロジェクト」で応援メッセージを送ろう

新型コロナウイルス感染症の治療や感染予防に日々尽力されている医療機関、介護・障がい者施設の従事者の皆さんに応援メッセージを贈る「心に花を咲かせようプロジェクト」の取り組みを進めています。

市ホームページに応援メッセージの投稿フォームを開設しましたので、皆さんの感謝の気持ちがこもったメッセージをぜひお寄せください。

お寄せいただいたメッセージは、市ホームページやウルトラFMで紹介いたします。

☎長寿福祉課 ☎(94)2162

老人クラブ活動団体の募集

老人クラブは、おおむね60歳以上の人を会員とし、高齢者の仲間づくりを促進するために組織された団体です。健やかに充実した生活を送るため、趣味や特技を生かした教養・スポーツ活動や地域への奉仕活動などを行っています。

市では、老人クラブに補助金を交付し、活動を支援しています。

新規設立や入会は、長寿福祉課にお問い合わせ下さい。

☎長寿福祉課 ☎(88)8116

令和3年度の日本脳炎予防接種

日本脳炎ワクチンの供給が全国的に不足していることから、第1期初回の2回分の接種を優先します。

第1期追加・第2期の対象のお子さんは、供給が安定するまで接種をお待ちください。

種別	対象年齢	対応
第1期初回(1回目・2回目)	生後6カ月から7歳6カ月未満	通常通り早目に接種しましょう。
第1期追加(3回目)	生後6カ月から7歳6カ月未満	接種をお待ちください。
第2期(4回目)	9歳から13歳未満	

※対象年齢の上限が近づいているときは、期間内に接種をしてください。なお、9歳の人を対象としている日本脳炎第2期の予診票送付は中止しています。

☎健康づくり課 ☎(88)8122

いつまでもお元気で ~百歳賀寿~

佐久間 イチノさん (小倉・大正10年3月9日生まれ)

関根 喜平さん (雨田・大正10年3月30日生まれ)

すこやか通信

予防しよう! 2型糖尿病

20歳以上で糖尿病が強く疑われる人の割合は、男性19・7%、女性10・8%を占め、身近な生活習慣病の一つです。(令和元年国民健康・栄養調査より)

糖尿病ってどんな病気?

糖尿病は、血液中のブドウ糖(血糖)が多くなる病気で、初期は自覚症状がほとんどありません。治療をせず、そのままにしていると、血管や神経、腎臓など、全身に影響を及ぼします。

糖尿病には、1型糖尿病や2型糖尿病などがあり、2型の発症には、食事や運動などの生活習慣が関係しています。

血糖値がちょっと高い人や肥満体型(BMIが25以上の人は、要注意です。この機会に、生活を見直してみましよう。

糖尿病を予防するためのポイント

食事

▼食事は1日3回
▼栄養バランスを意識した食事

生活

▼禁煙にチャレンジ
▼過度な飲酒をしない。
▼まずは健診を受けて自分の体を知り(体重、血糖値など)、生活習慣を見直すことで糖尿病を予防しましょう。

運動

▼継続できる運動を体調に合わせて行う(有酸素運動が効果的)。

休養

▼自分なりのストレス解消法でリフレッシュ
▼質の良い睡眠

▼食べ過ぎに注意
▼1人分ずつ取り分ける。

☎健康づくり課 ☎(88)8123