

スマイルなんぶ通信 No.38

「なんぶ健康会議」に関わる課・組織が情報をお伝えします。今回の担当は「住民課」です。

新年度に入り、健診申込書の提出は済みましたか？南部町国民健康保険では、国保の方を対象に、本年度次の事業を行いますのでご紹介します。

特定健診の夫婦ペア割引

お互いの体の様子、気になりませんか？ぜひ、夫婦そろって健診を受けましょう。夫婦で受診していただくと、一人分の基本健診自己負担額が0円になります！

- 対象：40代50代の国保夫婦（社会保険は対象外）
- 夫婦で受診日・時間が別になる場合でも、割引を利用いただけます。
- 割引は、町の総合健診において、2人目の受診時に適用されます。
- 対象となる方には別途ご案内します。

厄年ドック助成

厄年は人生の節目。家族と共に安心して健康に生活を送れるよう、是非、お祓いだけではなく人間ドックも受けておきましょう！

- 対象者：国保に加入している41歳～43歳の男性及び32歳～34歳の女性（社会保険は対象外）
- 助成金額：35,000円（人間ドック受診費用についてのみ）
- 受診施設：厚生連・山梨病院・富士川病院・石和温泉病院
- 対象となる方には別途ご案内します。



健診は健康生活へのスタートです！国保の方に限らず、1年に1回は健診を受けましょう
お問合せ：住民課（66-3405）

5月の予定

【糖尿病教室】第1回「糖尿病ってなに？」

5月17日（木）13:30～15:00
南部医療センター 2階
*申込み：福祉保健課（64-4836）

【健康スマイルなんぶラリー】

～健康ブースをめぐりチャレンジ～

5月30日（水）
①10時～ ②14時～ ③19時～
アルカディア体育館
*申込み：福祉保健課（64-4836）



食改ふれあい レシピ

抹茶ババロア（4人分）

牛乳…2カップ	砂糖…大さじ4
粉ゼラチン…8g	抹茶…小さじ2
水…大さじ4	湯…小さじ2

①ゼラチンは水にふり入れ柔らかくもどす。抹茶はお湯で溶かしておく。②牛乳に砂糖を加え、煮立てない程度に温めて砂糖を煮溶かし、①のゼラチンを加えて溶かし、抹茶を加える。③こしてとろみがついてきたら水にぬらした型に流し、冷蔵庫で冷やし固める。

※抹茶は冷蔵庫で冷やしているうちに2層になります。



主催
富士川町の身延町・
市川三郷町・
早川町・南部町
峡南地域県民センター
共催
山梨恋活コミュニティ

20代
30代中心
恋活
森林浴マイナスイオン
バーベキュー

5月27日(日) 10時～

～参加条件～
募集人数 20代30代くらいの独身男女各20名程度
参加費(当日) 男性 7,000円 女性 2,500円(当日受付にて)
集合 富士川町役場駐車場(富士川町天神中條1134)
会場 増穂ふるさと自然塾(会場までは乗合車で移動)
持ち物 あれば軍手
内容 大自然に囲まれた会場にてマイナスイオンを浴びながら
日頃のストレス解消やリフレッシュを兼ねてバーベキューを楽しみます。
準備がつかない方はお申し付けください。当日は用意いたします！
申込み締切 5月23日(水)まで！24日に抽選連絡予定

～当日の流れ～
9時30分 受付スタート
10時 説明＆乗合車で移動
10時30分 自己紹介ゲーム
11時50分 いーね！投票
12時～ BBQ準備(火起こし&カット)
12時40分 食事スタート(東席替えあり)
13時20分 焼きそば&焼きマッシュマロ
14時 コーヒーカップリング投票
14時10分 片づけ・インフォメーション
14時30分 移動
15時 終了予定
※連絡先の交換は自由
カップリングの結果は家に帰ってから！

件名を「バーベキュー恋活申込」としたうえ、①お名前 ②生年月日 ③お住まいの市町村 ④携帯電話番号 ⑤メールアドレス (携帯電話のアドレスも可)
お問合せ TEL 090-4697-9916 (担当 山梨恋活コミュニティ 入倉)
参加申込み E-Mailまたは下記QRコード wincere2013@gmail.com

山梨恋活コミュニティ
もつづく開催数1,000回！
参加者数20,000人！

山梨恋活コミュニティ
ホームページ http://www.wincere2012.com/
E-Mail wincere2013@gmail.com
TEL 090-4697-9916 (入倉)

申込方法
QRコードまたは下記にて
応募一人様ずつ

- ◇日時 平成30年5月27日(日曜日) 午前10時～
- ◇集合場所 富士川役場駐車場(富士川町天神中條1134)
- ◇会場 増穂ふるさと自然塾
(会場までは乗合車で移動)
- ◇募集人数 20代30代くらいの独身男女各20名程度
※男性は抽選、女性は先着順。
応募状況により人数調整あり
- ◇参加費 男性 7,000円 女性 2,500円
(当日受付にて)
※美味しいお肉&ソフトドリンク付き
- ◇持ち物 あれば軍手
- ◇申込締切 平成30年5月23日(水曜日)
※24日に抽選連絡予定
- ◇申込方法
件名を「バーベキュー恋活申込」としたうえ、
①お名前
②生年月日
③お住まいの市町村
④携帯電話番号
⑤メールアドレス
(携帯電話のアドレスも可)

上記5項目を本文に記載の上、山梨恋活コミュニティ
wincere2013@gmail.com までメールでお申込みくださ
い。

町民のみなさま 認知症について学んでみませんか？

住民キャラバンメイトによる

認知症サポーター養成講座を開催しませんか

認知症は誰にでもおこりうる脳の病気です。みなさんで、認知症を学び、
「認知症になっても安心して暮らすことができる南部町」を目指しましょう。

認知症サポーター養成講座の内容

- ◆認知症とは？
- ◆認知症の方への接し方
- ◆認知症を予防するには
どうしたらいいの？
- ◆地域の中でできる事は？など
認知症について理解を広める為に、
対象者に合わせた内容を盛り込んで
います。



認知症サポーターキャラバン

キャラバンメイトってなあに？

キャラバンメイトとは、認知症を
正しく理解するために規定の研修を
終了し、認知症サポーター養成講座
で、習得した知識や体験等を市民に
伝える役割の方をいいます。

時間：1時間半程度
講師派遣料は無料です！

H30. 4. 1現在、南部町内には、

約1,035人 の認知症サポーター(養成講座受講者)がいます！

お友達・お仲間等、集まりましたら、ご連絡ください。少人数でも開催できます！



【連絡先】南部町役場福祉保健課キャラバンメイト事務局
TEL：0556-64-4836/FAX：0556-64-3116