

# スマイルなんぶ通信 No.51

「なんぶ健康会議」に関わる課・組織が情報をお伝えします。今回は「健康増進係」です。

4月号の5年後・10年後の健康の目標は、皆様それぞれ宣言できたでしょうか？

令和元年、節目の今、健康づくりに関わる組織や、節目の年齢に達した方に突然インタビューしました。

回答者	食事	運動	医療	10年後
 <p>食生活改善推進 委員会 会長 <b>佐野 敏江</b>さん (万沢在住)</p>	とにかく減塩 塩分を摂り過ぎ ないように注意	毎日畑に出て 体を動かす	健康診断は欠 かさず受ける 足腰が悪くな り困っている	食改活動の継続と獣 と知恵比べして畑を 続け自分で育てた野 菜を食べていたい
 <p>睦合小学校 4年生 <b>渡辺 れのん</b>さん (今年は2分の1 成人式(10歳))</p>	好き嫌いなく 食べる!	運動大好き! よく動く!	元気です!	支援学校の先生 を目指して進学 し勉強していき たい
 <p>スマイルなんぶ クラブ <b>木下 進巨</b>さん (白鳥太鼓・文協写 真部他多忙!)</p>	野菜中心にし 減塩を実践 枝豆を食べる	アルカディア のトレーニン グにも参加	定期受診を忘 れない 健診は必ず受 ける	今と同じ生活を 送っています
 <p>設立59年を迎える 愛育会 会長 <b>望月 純子</b>さん (内船在住)</p>	塩分・糖分を 少なく!	ストレッチを 始めて3年に 自己管理が大 事	定期受診と服 薬を忘れない 健診は必ず受 ける	食べて、歩いて 認知症になら ないでいる
 <p>13年目会員 70人 リズム会 会長 <b>芦沢 たか子</b>さん (内船在住)</p>	バランスよく 色々食べるよ う心掛ける	楽しみながら 頑張る、笑い も絶えません	主治医の指示 を守り実践し 検診は仲間と 受けに行く	元気でいます! 多くの人とつな がり輪を広げて いる
 <p>最年少 3月22日生 <b>佐藤 緋凧</b>くん パパに聞きました! (3月23日撮影)</p>	休肝日をつ くっています	週2~3回筋 トレを実践 適正体重を保 持していく	職場の健診は 欠かさず受け 今後はがん検 診も受ける	元気に外を駆け 回って遊んでい てほしい
 <p>よろしくお願ひします! 今年度役場新人職員 <b>久保 翔</b>さん (今年20歳!)</p>	朝食をしっか り食べる、家 族でバランス よく食べる	ソフトボ ールをやっていま す	今年から職域 健診を受ける 事になります	好きなソフトボ ールを頑張って やっている
 <p>元気にまたお会いで きる事を楽しみに <b>勝山祐花</b> 保健師 「皆様の健康をお 祈りしています!」</p>	食べすぎに注 意、特に間食 特にアイス	腹筋・背筋・踵の 上げ下げ・ラジオ 体操・エアロビ (歯科検診も)	【南部町の皆様へ】ありがとう! いつまでも心と体いきいきと、 楽しく健康維持を! できる事からコツコツと!	

いかがでしたか?是非、あなたのご意見も聞かせてください!

《南部町役場福祉保健課 健康増進係》 TEL 0556-64-4836

# 風しん抗体検査・予防接種について

平成31年4月より、風しんの抗体保有率が低い世代の男性は、抗体検査を無料で受けることができます。検査の結果、十分な量の抗体がないと診断された場合、予防接種を無料で受けられます。

**対象者** 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

**実施期間** 令和3年度までの3年間

(初年度は、昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれの方にのご案内を送付いたしました)

## 昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

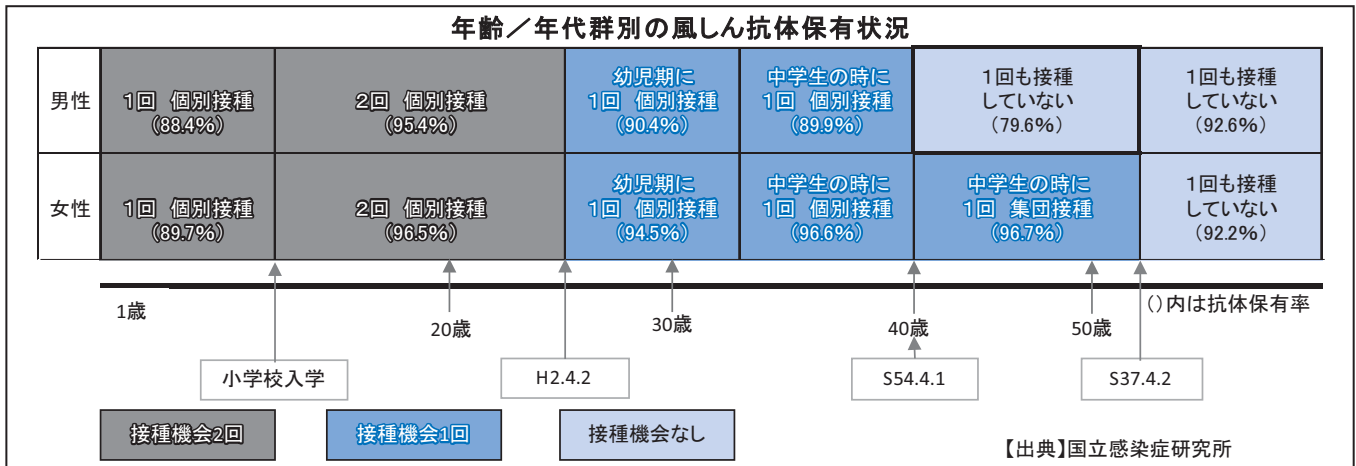
全国の医療機関で風しん抗体検査および予防接種が受けられる無料券を4月下旬に発送いたしました。

- ・抗体検査については、一部の健診機関でも（町の総合健診や事業所健診）受けることができます。
- ・抗体検査を受けるには、町から送付した「無料券（抗体検査券・予防接種券）」と「本人確認書類」を持参して医療機関等の窓口へ提出してください。抗体検査の結果、十分な量の抗体がない方は、定期接種として無料で予防接種を受けることができます。

## 昭和37年4月2日～昭和47年4月1日生まれの男性

令和2年度以降に無料券（抗体検査券・予防接種券）を発送します。

(今年度中に受診を希望される方は、福祉保健課にご連絡ください。)



お問合せ先 福祉保健課 健康増進係 ☎64-4836

## 【児童手当について】

### ○現況届

この届は、毎年6月1日における状況を記載し、6月分以降の児童手当を引き続き受ける要件（児童の監督や保護、生計同一関係など）を満たしているかどうかを確認するためのものです。

後日、受給者宛書類を郵送します。6月末日までに、子育て支援課へ提出してください。

この届の提出がないと、6月分以降の児童手当が受けられなくなりますのでご注意ください。

### ○支給金額（月額）

支給対象児童		所得制限未満の者	所得制限以上の者
0歳～3歳未満		月額 15,000円	月額 5,000円
3歳～ 小学校修了前	第1・2子	月額 10,000円	
	第3子以降	月額 15,000円	
中学生		月額 10,000円	

※児童（第〇子）とは、18歳に達する日以降の最初の3月31日までの間にある児童の中で数えます。

○支給月 令和元年 6月（平成31年 2月～令和元年 5月分）

令和元年10月（令和元年 6月～ 9月分）

令和 2年 2月（令和元年10月～令和 2年 1月分）

○お問合せ 分庁舎 子育て支援課 ☎64-4830（直通）