

お知らせ なんたん

新南丹市
電話 0771-68-0001

第75号(2の2)平成21年2月27日発行

平成21年度南丹市市民健診のお知らせ

平成21年度の南丹市市民健診を下記のとおり実施します。昨年度から『特定健診』が始まっていますが、この健診はメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した検査などを実施し、少しでも早い時期に生活習慣病の発生を防ぐためのものとなっています。また、その健診結果によって、予防のための特定保健指導を行います。自身の健康管理のためにも積極的な受診をお願いします。特定健診は、医療保険者が実施することとなっていますので、南丹市国民健康保険以外の保険に加入されている方は、各医療保険者にお尋ねください。市民健診の項目は以下のとおりで、**申し込み締め切りは3月4日(水)です。**まだ申し込みされていない方は、すでにお送りしている『市民健診申込票』に必要事項をご記入のうえ、健康課もしくは各支所健康福祉課まで提出してください。

<健康診査>

	健診名	健診対象者	
		対象年齢	要件
1	メタボ予防健診	20歳～39歳	南丹市に住所を有する方
2	特定健診	40歳～75歳の誕生日前日まで	平成21年4月1日から健診受診日までに、南丹市国民健康保険に加入されている方
3	すこやか健診	満75歳以上	南丹市に住所を有する方

※対象年齢は、平成21年4月1日～平成22年3月31日までに該当年齢に達する方。
※受診日当日に75歳に達した方は、特定健診ではなく、すこやか健診となります。

<各がん検診・結核検診>

検診名	対象年齢	検診名	対象年齢
肺がん検診	40歳以上	乳がん検診(視触診のみ)	30歳～39歳(女性)
結核検診	40歳以上	乳がん検診(視触診とマンモグラフィ併用)	40歳以上(女性)隔年実施
胃がん検診	40歳以上	子宮がん検診	20歳以上(女性)
大腸がん検診	40歳以上		
前立腺がん検診	55歳以上(男性)		
肝炎検診	40歳の節目の方		

※対象年齢は、平成21年4月1日～平成22年3月31日までに該当年齢に達する方。

<生活機能評価>

満65歳以上の方が対象ですが、事前の問診(生活機能チェックリスト)の結果、必要な方のみ、介護予防を目的とした生活機能評価を実施します。受診を希望される方は、『生活機能チェックリスト』に必要事項をご記入のうえ、『市民健診申込票』と一緒に返送してください。

◇問合せ先 健康課 健康増進係 TEL (0771) 68-0016

献血・骨髄ドナー登録にご協力ください

赤十字血液センターの採血車による献血と骨髄ドナー登録会を実施します。人の生命を救える大切な献血。多くの方のご協力をお願いします。

日程	場所	受付時間
3月11日(水)	南丹市日吉保健センター(はーとびあ)	午前10時～11時30分 午後0時30分～3時30分
3月30日(月)	南丹市園部公民館	

◇問合せ先 健康課 健康増進係 TEL (0771) 68-0016

麻しん・風しん(MR)混合ワクチンの接種について

麻しんは感染力が強く、かかると脳炎などの重い合併症を引き起こす率が高い重い病気ですが、予防接種で防ぐことができます。定期の予防接種は生後12カ月～24カ月の間に1期を、就学前1年間(年長児)で2期の定期接種を受けます。また今年4月から向こう5年間に限り、これまで1回しか定期接種の機会がなかった中学1年生(3期)と高校3年生相当(4期)の方にも定期接種(無料)を実施しています。近年の流行を受け、厚生労働省から接種勧奨の通知がされ、学校の入学、実習時に接種を必須とする学校もでてきています。定期接種対象の方でまだ接種できていない方は、必ず接種しましょう。2、3、4期の方はこの3月31日までが定期の期間となっており、その期間が過ぎると、自費となります。自費の場合は、医療機関によって多少異なりますが、10,000円前後必要です。

◇問合せ先 健康課 母子保健係 TEL (0771) 68-0016

歴史・健康ウォーキング参加者募集

今回は、第24回早春の丹波亀山～古利(こさつ)探訪コース。いよいよウォーキングシーズン到来です。一足早い春を求めて亀岡路を歴史探訪しませんか。亀岡城出発点に、今なお昔の面影を残す丹波亀山の城下町を巡ります。大本の花明山植物園では、春を待ちかね芽吹いた水芭蕉や早春の花々を訪ねます。そして昔人も通いし巡礼道を通り古利を巡拝します。早春の亀岡を満喫し歴史を感じながら楽しくウォーキングしましょう。どなたでも、お気軽にご参加ください。

●日程 3月22日(日)(少雨決行)

●コース JR亀岡駅→大本(亀岡城跡、花明山植物園)→走田神社→穴太寺→亀岡運動公園(昼食)→葎田野神社→大石酒造→ガレリア→JR亀岡駅(歩程約15km)

●集合場所・時間 JR亀岡駅2階 観光案内所前 午前9時集合

●解散場所・時間 JR亀岡駅前 午後3時(予定)

●対象 現在、元気よく1人で15km以上歩ける方(体調の悪い方、歩くのに付き添いが必要な方はご遠慮ください)

※参加者は自己の責任で、健康、自己管理をしてください。

●持ち物 保険証のコピー、弁当、水とう、タオル、帽子、手袋、雨天時は雨具

●参加費用 200円(保険代他)※穴太寺拝観の場合は拝観料別途必要

●申込方法 3月19日(木)までに下記申込・問合せ先までお申し込みください。

※申込の取り消し、欠席の場合は必ずNantan 健歩会まで連絡してください。

◇申込・問合せ先 Nantan 健歩会(木村) TEL (0771) 62-3370
健康課 健康増進係 TEL (0771) 68-0016

多重債務無料法律相談のご案内

借金の返済でお悩みの方を対象に、弁護士が相談に応じます。借金問題は必ず解決できます。まずはお問い合わせください。秘密厳守。相談無料。

●日時 3月3日(火)、17日(火) 午後4時～7時(1人45分以内)

●場所 南丹市園部公民館

●予約 開催日の前日まで(下記の申込・問合せ先にお申し込みください)

◇申込・問合せ先 南丹広域振興局商工労働観光室 TEL (0771) 23-4438
商工観光課 TEL (0771) 68-0050
各支所 産業建設課 TEL 八木(0771) 68-0024
日吉(0771) 68-0034 美山(0771) 68-0043

平成21年度伝統文化こども教室募集案内

●**伝統文化こども教室とは** この教室は、我が国の長い歴史と伝統の中から生まれ、守り育てられてきた伝統文化を、将来にわたって確実に継承し、発展させることを目的として、文化庁から委託を受けて、財団法人文化活性化国民協会が募集し、次代を担う子どもたちに伝統文化を体験・修得する機会を提供するものです。

●**対象となる教室の内容** 我が国において継承されてきたさまざまな伝統文化のうち、こどもが体験・修得することが適切と認められるもので、例えば、民俗芸能、工芸技術、邦楽、日本舞踊、武道、茶道、華道、囲碁、将棋の他、伝統的なこどもの遊び、わらべうた、昔話、地域の年中行事、伝統的な物づくり、郷土食、歴史、史跡探訪、百人一首などがあります。

●**実施期間・回数** 土、日曜日や夏休みなどを有効に活用して、平成21年5月1日～平成22年2月28日の間で、継続的・計画的に実施してください。実施回数は原則10回以上とします。

●**開催場所** 教室を行う目的・内容にふさわしい文化施設、学校、体育施設などの公共施設。ただし、地域の実情に応じて、その他の施設で行うことも可能です。

●**参加者の範囲** 原則として小学校1年生から中学校3年生までとし、参加人数は10人以上の規模で行ってください。なお、参加者は原則10回以上のカリキュラムを受講することとします。

●**経費** 書類選考後採択されれば、予算の範囲内で補助金が交付されます。

●**申請書の提出先・締切日** 3月6日(金)までに社会教育課にお申し込みください。(申請書類などは社会教育課にあります)

※「伝統文化こども教室事業」の詳細は、下記問合せ先にお問い合わせいただくか、<http://www.dentoubunka-kodomo.jp>をご覧ください。

◇問合せ先 (財) 伝統文化活性化国民協会 TEL 03-3538-7261 FAX 03-5250-6680
ホームページ <http://www.kokuminkyokai.or.jp>
社会教育課 社会教育係 TEL (0771) 68-0057