

## からだリセット講座のお知らせ

お腹まわりや運動不足が気になるけれど、毎日忙しくて自分の健康管理は後回し…という方にお勧めの講座です。“出産前の体型に戻りたい”という子育て中のお母さんも参加しやすい午前中の講座となっております。さまざまな測定や専門家によるアドバイス、そして毎日のちょっとした心がけで体内年齢の若返りを目指します。3ヶ月間でからだをリセットしましょう！ぜひご参加ください！

◆期日 全6回開催

- ① 11月24日(木) ② 12月6日(火)
- ③ 12月22日(木) ④ 1月16日(月)
- ⑤ 2月3日(金) ⑥ 2月21日(火)

- ◆時間 10時～11時30分
- ◆場所 ①町民センター、②～⑥保健センター
- ◆対象 町内に在住する30～64歳の方  
(年齢が該当しない場合でも参加を希望される場合ご相談ください)
- ◆定員 限定12名(申し込みは、お早めに)
- ◆内容
  - 各種測定(血液観察、血管年齢測定、握力測定、足指力計測、強度測定、脳年齢測定など)
  - 健康運動指導士らによる運動教室
  - 管理栄養士による栄養講座
  - 歯科衛生士による歯科講座

●問い合わせ先 保健福祉課保健福祉グループ健康推進係 ☎0146・47・2113

## 健康カレンダー

(お問い合わせ先: 保健福祉課 ☎0146・47・2113)

月	日	時間	事業名	場所
11月	15日(火)	13:00~16:30	フッ素塗布	保健センター
	16日(水)	10:00~12:00	お喜楽☆おたっしや塾(介護予防教室)	レ・コード館
	18日(金)	10:00~11:30	脳の元気アップ教室	朝日農村環境改善センター
		13:30~15:00		太陽開拓婦人ホーム
	21日(月)	10:00~11:30	脳の元気アップ教室	緑丘生活センター
		14:00~15:30		おうるの郷
	22日(火)	受付9:45~	4・7・12ヶ月児健康診査	保健センター
		受付13:00~	1歳6ヶ月・3歳児健康診査	
	24日(木)	10:00~11:30	からだリセット講座	町民センター
	28日(月)	14:00~15:00	健康相談・介護相談	節婦老人憩いの家
30日(水)	10:00~12:00	お喜楽☆おたっしや塾(介護予防教室)	節婦老人憩いの家	
12月	6日(火)	10:00~11:30	からだリセット講座	保健センター
	7日(水)	10:00~12:00	お喜楽☆おたっしや塾(介護予防教室)	節婦老人憩いの家
	10日(土)	9:30~14:00	おやこの楽しい料理教室	保健センター
	14日(水)	10:00~12:00	お喜楽☆おたっしや塾(介護予防教室)	節婦老人憩いの家
	16日(金)	13:00~16:30	フッ素塗布	保健センター
	21日(水)	10:00~12:00	お喜楽☆おたっしや塾(介護予防教室)	節婦老人憩いの家
	22日(木)	10:00~11:30	からだリセット講座	保健センター
	27日(火)	受付9:45~	4・7・12ヶ月児健康診査	保健センター
受付13:00~		1歳6ヶ月・3歳児健康診査		

## 健康相談会の開催

節婦老人憩いの家にて、保健師による健康相談・健康チェックを行います。体調に関することなど、気軽に相談にしてください。事前のお申し込みは不要です。

- ◆日時 11月28日(月) 午後2時～3時
- ◆場所 節婦老人憩いの家
- ◆内容 健康相談、血圧測定、体脂肪率・体内年齢などの体組成計測定

●問い合わせ先 保健福祉課保健福祉グループ健康推進係 ☎0146・47・2113

## ご寄附ありがとうございました。(敬称略)

- 老人ホーム「恵寿荘」に役立ててと
- ☆葛野 弘子 (古布3袋)
- ☆木村 千鶴子 (カット布1袋)
- ☆藤原 則行 (古布1袋)
- ☆三宅 陽治 (米100kg)
- ☆神 明彦 (古布5箱)
- ☆尾張 スキ子 (タオル類1箱)
- ☆高橋 満郎 (大根13.1kg、かぼちゃ5kg)
- ☆ボランティアグループちよぼら (カット布5袋)
- ☆地域活動支援センター (カット布2袋)

## 新冠町社会福祉協議会へ

- 香典返しに代えて
- ☆赤 田 繁 子 (20,000円)
- ☆小早川 桂 子 (30,000円)
- ☆船 越 洋 司 (20,000円)
- ☆小 林 治 代 (20,000円)
- ☆井 簀 操 (20,000円)
- ☆渡 辺 一 彦 (30,000円)
- ☆ボランティアグループあゆみ (10,000円)

# 役場からのお知らせ

— Niikappu Town Office Information —

## 町民生活課からのお知らせ

### 年末調整、確定申告の際には、マイナンバーの記入を求められます

昨年10月から実施されているマイナンバー制度により、年末調整や確定申告を行うときに、マイナンバーの記載が必要となりました。

マイナンバーは、昨年末に送付された通知カードに記載されておりますが、お手元に通知カードが無く、マイナンバーが分からないという方は、新たにマイナンバーカードを取得することでご自身のマイナンバーを確認することができます。マイナンバーカードは、申請してから約2週間でお手元に届きます。

また、急ぎでご自身のマイナンバーを知りたい方は、個人番号記載の住民票を交付申請することでも確認することができます。

詳しくは、町民生活課窓口まで問い合わせください。

### 臨時福祉給付金受付期間延長のお知らせ

平成28年8月1日より申請を受け付けている臨時福祉給付金について、受付期間を11月30日まで延長することとしましたのでお知らせいたします。

支給対象者には、すでに郵便などでお知らせしておりますが、まだ申請されていない方は、必ず受付期間中に申請していただきますよう、お願い申し上げます。

●問い合わせ先 町民生活課町民生活グループ ☎0146・47・2112

「認定こども園ド・レ・ミ」入園前手続きについて  
平成29年度より、お子さんを「認定こども園ド・レ・ミ」へ入園させる場合の、申込み方法が変わります。入園申込みの前に《支給認定》の手続きが必要となりますので、詳しくは10月28日(金)発行の町政事務委託文書をご確認ください。

○入園資格  
【幼稚園】平成29年4月1日で満3歳～5歳の児童

【保育所】保育認定基準に該当する児童

○支給認定申請の受付期間  
平成28年11月1日(火)～11月22日(火)

○提出書類  
【新規入園希望の方】  
役場町民生活課窓口にて申請用紙を受け取り、受付期間内に申請してください。

【継続利用希望の方】  
現在、認定こども園ド・レ・ミに入園している児童が4歳児(年中)クラス以下の世帯には、関係書類を送付しておりますので、内容を確認の上、期間内に申請してください。



## 予防接種に関するお知らせ

10月1日より、定期予防接種の対象疾患に「B型肝炎」が追加されました。B型肝炎は、B型肝炎ウイルスの感染により起こる肝臓の病気です。ワクチンを接種することで、体の中にB型肝炎ウイルスへの抵抗力(免疫)ができます。

予防接種の対象となる方には、保健福祉課より接種に関する案内を送付、若しくは、家庭訪問や乳幼児健診にてご説明いたします。

- B型肝炎予防接種対象者: 平成28年4月1日以降出生のお子さん
- 接種時期: 生後2カ月～生後1歳未満(1歳を過ぎると対象外)
- 接種可能な医療機関: 新冠国保診療所・静仁会静内病院・山田クリニック・駒木クリニック

予防接種のお問い合わせは、保健福祉課までお願いします。

●問い合わせ先 保健福祉課保健福祉グループ健康推進係 ☎0146・47・2113

## 水道水の水質検査結果

町では、安全で良質な水道水の供給を行うため、定期的に水質検査を実施しています。

今年度は、7月～9月にかけて全項目検査を実施したところ、全ての水質項目において、基準に適合していることを確認しましたのでお知らせいたします。詳しくは、建設水道課窓口と町ホームページにも、掲載しておりますのでご覧ください。

●問い合わせ先 建設水道課建設グループ上下水道係 ☎0146・47・2519