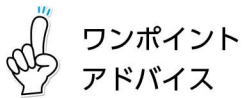


健康ひろば

みんな健康！
元気・いきいき寄居町！



熱中症にご注意ください！



熱 中症は、暑い環境下でスポーツや労働をしているときのほか、日常生活中にも起こります。体がだるい、頭痛やめまいがするなど、普段と違う症状がでたら注意が必要です。暑い夏を健康に過ごすために“熱中症予防のポイント”をお知らせします。また、町では、防災無線や町公式ホームページで注意喚起を行っています。予防法を身に付け熱中症を防ぎましょう。

熱中症予防のポイント

- ①上手にエアコンを使って、室内の温度調節をしましょう（室温の目安は28度）。
- ②高温に関する気象情報を活用し、暑くなる日は注意しましょう。
- ③のどが渇く前に、水分をこまめに補給しましょう。
- ④「体調がおかしい？」と思ったら医療機関に相談しましょう。
- ⑤高齢の方やお子さんなどは、周りの人が気を配りましょう。

“日傘男子”を始めてみませんか？

県では、個人でできる暑さ対策として、日傘の使用を勧める「日傘男子」普及キャンペーンを展開しています。男性も日傘を差しやすい環境づくりを推進するため、県や県内市町村職員で結成された「日傘男子広め隊」が活動しています。県が行った検証実験では、日傘を差すと熱中症の危険性を示す「暑さ指数」が下がるという結果が出ました。この機会に熱中症対策として、日傘を利用してみませんか。



8月の保健事業

☑持ち物 ☑要事前予約 ☑健康福祉課(保健指導班) ☎581・2121内線211・212
※ご注意ください！乳幼児健康診査とすくすく相談の実施場所は役場7階です。

●乳幼児健康診査

種別	日	場所	対象	受付時間
1歳6カ月児健康診査	8日(木)	役場7階 健診室	平成29年12月生 平成30年1月生	13:30～14:00 14:00～14:30
3歳児健康診査	22日(木)	役場7階 健診室	平成28年2月生	13:30～14:00

※駐車場が混み合うことが予想されますので、余裕をもってお越しください。
☑母子健康手帳、役場からの通知、お子さんの歯ブラシ、3歳児は尿の入ったビニール袋

●パパママ学級 ☑スマイルポイント対象事業

日	時間	場所	対象
1日目 17日(土)	9:10～12:00	保健福祉総合センター	パパ・ママになる方(妊娠16週以降の安定期の方)
2日目 21日(水)	13:00～16:15		

☑母子健康手帳、筆記用具、スマイルポイントカード

●すくすく相談(乳幼児健康相談) ☑スマイルポイント対象事業

日	時間	場所	対象
23日(金)	9:30～10:30	役場7階健診室	乳幼児とその保護者

☑母子健康手帳、スマイルポイントカード

●こころの健康相談 ☑

日	時間	場所	対象
28日(水)	13:30～14:30	役場2階 健康福祉課(保健指導班)	こころの健康について悩みをお持ちの方、その家族および関係者

●ちょっと気になるこどもの発達相談 ☑

臨床心理士による個別相談を行います。

日	時間	対象
30日(金)	9:15～11:45 ※1組40分	「落ち着きがない」など、発達について心配がある就学前のお子さんと保護者

●健診結果相談会 ☑スマイルポイント対象事業

日	受付時間	場所	対象
26日(月)	13:30～13:45	保健福祉総合センター	平成30年度に健診を受けた方で、結果相談会を利用していない方

☑健診結果通知、健康手帳(お持ちの方)、スマイルポイントカード

●ふるさと健康体操(生活習慣病予防軽運動教室) ☑スマイルポイント対象事業

日	時間	場所	対象
2日、9日、16日、23日、30日(各金曜日)	16:00～17:00	保健福祉総合センター	町内在住の方
1日、29日(各木曜日)	10:00～11:00	総合体育館・アタゴ記念館剣道場	

※1日、2日はふるさと健康体操、そのほかの日は自主活動日。
☑運動しやすい服装、スマイルポイントカード

お知らせ
info

ご協力ください！ 有害鳥獣からの農作物被害防止対策

町 内で、有害鳥獣による農作物被害が増えています。被害防止のためには、次の「**体**」「**食**」「**住**」の3点が重要です。農作物の被害防止に、皆さんのご協力をお願いします。

「体」有害鳥獣の適正な個体数管理

- ①町が寄居猟友会に委託し、有害鳥獣駆除を通年で実施しています。
- ②有害鳥獣の目撃や、農作物被害があった場合、農林課へ情報提供をお願いします。



☎農林課 ☎581・2121内線403

「食」有害鳥獣のエサとなるものを与えない

- ①農地に収穫しない農作物を放置していませんか？動物にとっては格好のエサになります。適正に処分しましょう。また、墓地の供え物も狙われますので適正な管理をお願いします。
- ②農地や宅地に果樹を植えている場合、熟した果実が落ちると動物を引き寄せる原因になります。収穫しない果実は適正に処分し、必要のない果樹であれば、伐採等を検討しましょう。

「住」有害鳥獣が安心して生活できる環境を与えない

- ①農地周辺の草むらやヤブは、動物にとって絶好の隠れ場所です。ここに潜んで、農地や人の様子をうかがっています。鳥獣被害防止対策の重要なポイントは、人里近くに潜む場所を少なくすることです。草むらやヤブはできるだけ見通しをよくするよう管理しましょう。
- ②下草が繁茂した山林は、動物の隠れ場所になることがあります。下刈り等、適正に山林を管理して、動物を寄せ付けない環境をつくることが重要です。

年金特報

年金についての情報を毎月お届け！ 今月は「**ご存じですか？ 障害基礎年金**」

障 害基礎年金は、病気やけがによって生活や仕事などが制限されるようになった場合に、現役世代の方も含めて受給できる年金です。

受給条件を満たし、医師の診断書等に基づいて審査をした結果、障害等級に該当となった場合に支給されます。詳しくは町民課、または年金事務所へお問い合わせください。

▶令和元年度の障害基礎年金額

1級 97万 5,125 円 2級 78万 100 円

※障害年金の等級は、障害者手帳の等級とは異なりますのでご注意ください。

▶受給対象となる方 (①～③すべてに該当する方)

- ①障害の原因となった病気やけがについて、初めて医師等の診療を受けた日(初診日)が、国民年金加入期間にあるか、国内に住んでいる方で20歳未満、または60歳以上65歳未満の年金未加入期間(老齢基礎年金を繰り上げて受給している方を除く)にあること。

- ②障害の原因となった病気やけがによる障害の程度が、原則として初診日から1年6カ月後、または20歳に達したときに、障害等級1級、または2級程度に該当していること。

- ③国民年金保険料の納付要件を満たしていること(初診日が20歳未満の年金制度に加入していない期間の場合不要)。
※先天性疾患等の障害がある方の場合、20歳になったときに「20歳前障害者」として障害基礎年金の請求ができます。

☎町民課 ☎581・2121内線111・112

☎熊谷年金事務所 ☎522・5012

☎ねんきんダイヤル ☎0570・05・1165

※問い合わせの際は、年金番号・住所・氏名・生年月日を確認させていただきます。

