

健康ひろば

みんな健康!

元気・いきいき寄居町!

ワンポイント
アドバイス

子どもの熱中症に
注意しましょう!



高温多湿な環境下に長時間いると、体に備わっている体温調節の機能が働かなくなり、体に熱が溜まって体温が上がり、脱水症状などを起こします。このような状態が「熱中症」です。特に、体温調節機能が十分に発達していない子どもは、大人よりも熱中症になりやすいといわれています。周りの大人がよく様子を見て、熱中症から守りましょう。



子どもの熱中症予防のポイント

① 地面の熱に注意!

子どもは大人より頭が地面に近い分、暑さを感じやすく、特に日差しで熱くなったアスファルトからの照り返しによる熱には注意が必要です。気温は地表150cmの高さで測定されますが、子どもの身長50~80cmの気温は測定値よりも約5度高くなります。猛暑の中で子ども連れの外出はできるだけ避けましょう。

② ベビーカーの中は高温になりやすい!

暑い日のベビーカーの中は、日よけを付けてもアスファルトなどの放射熱によって熱がこもってしまい、子どもが熱中症になる危険があります。ベビーカーでの散歩は、できるだけ朝や夕方涼しい時間帯にしましょう。また、気温が高くなくても、湿度が高い日や風が弱い日は、天気にかかわらず熱中症になる恐れがありますので注意しましょう。

③ 車内に子どもを残さない!

夏の車内は、エアコンをつけていないと15分で50度以上の暑さになります。また、チャイルドシートを乗せる後部座席は、前列の運転席に比べてエアコンの風がうまく循環していない可能性があります。たとえ短時間でも、車内に子どもを残して出かかないでください。

9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
4,5カ月児健康診査	19日(木)	健診室 役場7階	平成31年 4月生	13:30~14:00
			平成31年 5月生	14:00~14:30
10カ月児健康相談	3日(火)	健診室 役場7階	平成30年10月生	13:30~14:00
			平成30年11月生	14:00~14:30
3歳児健康診査	12日(木)	健診室 役場7階	平成28年 3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

●ひよこ教室(離乳食実習教室) ☑

日	時間	場所	対象・定員
26日(木)	13:30~15:30	保健福祉 総合センター	3~5カ月児のお子さん と保護者15組

☑母子健康手帳、筆記用具、バスタオル、エプロン、おぶひひも(必要に応じてミルク)、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
18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

●健診結果相談会 ☑

日	受付時間	場所	対象
17日(水)	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) ☑

日	時間	場所	対象
6日、13日、20日、 27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
5日、19日(各木 曜日)	10:00~11:00	総合体育館・アタゴ 記念館剣道場	

※5日、6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



お知らせ
info

ご活用ください! 耐震診断・耐震改修に関する補助制度

9月1日は防災の日です。この機会に建築物の耐震性を確認してみませんか。過去の地震では『建築基準法』の耐震基準が改正された昭和56年以降の建築物に比べ、それ以前の建築物で大きな被害が多いことが報告されています。耐震についての補助制度等をご利用いただき、安全・安心な住まいづくりにお役立てください。

埼玉県民間建築物耐震改修補助制度

県では、耐震診断、耐震補強設計および耐震改修の費用の一部を補助しています。

▶対象となる建築物

昭和56年5月31日以前に建築確認を受けて建築された建築物のうち、診療所や店舗、福祉施設などの多数の方が利用する建物で、一定規模以上の建築物や、災害時に救命活動や物資の輸送を行うための道路をふさぐ恐れがある建築物

▶その他

「民間建築物の耐震化融資制度」「埼玉県耐震サポーター登録制度」等の制度があります。町の制度と併せてご活用ください。

☎県建築安全課 ☎048・830・5527

寄居町木造住宅耐震診断助成金

▶対象

町内に住所を有し、対象住宅を所有および居住している方

▶対象となる建築物

町内にある木造住宅で、次の要件を満たすもの

- ①昭和56年以前に建築された一戸建て住宅または併用住宅
- ②地上2階建て以下で、在来工法により建築された住宅

▶対象となる耐震診断

一級建築士・二級建築士・木造建築士が行う地震に対する耐力診断(一般診断)

▶助成額

耐震診断に要した費用の2分の1(限度額2万5,000円)

▶申請方法

耐震診断を実施する前に所定の手続きが必要です。詳細はお問い合わせください。

☎都市計画課 ☎581・2121内線243



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? 付加年金」

国 民年金第1号被保険者(自営業者、学生等)または任意加入被保険者は、毎月の国民年金保険料にプラスして付加保険料(月額400円)を納付することで、老齢基礎年金に付加年金が上乘せされ、受給する年金額を増やすことができます。

▶付加年金額

受け取れる付加年金額は、「200円×付加保険料納付月数」となります。

〈例〉付加年金保険料を10年間納付した場合

- 付加保険料の納付額=400円×120月分(10年)=4万8,000円
- 付加年金の年金額=200円×120月分(10年)=2万4,000円(年額)

▶留意事項

- 付加保険料の納付は、申し込みをされた月分からとなります。
- 定額保険料を納付せず、付加保険料のみを納付することはできません。

- 納期限を経過した場合でも、期限から2年以内であれば保険料を納めることができます。
- 老齢基礎年金と併せて受給できる終身年金ですが、付加年金の保険料は定額のため、物価スライド(増額・減額)はありません。

▶次の方は納付することができません

- 第1号被保険者または任意加入被保険者以外の方
- 保険料納付の申請免除(全額免除、一部免除)、納付猶予、学生納付特例の承認を受けている方
- 法定免除を受けている方
- 国民年金基金に加入中の方

▶申し込み

本人確認ができるもの、年金手帳、印鑑(朱肉を付けて押すもの)を持参し、町民課へお申し込みください。

☎ねんきん加入者ダイヤル ☎0570・003・004

☎熊谷年金事務所 ☎522・5012

☎町民課 ☎581・2121内線111・112