

# 宣言しました！「健康づくりのまち」

町では、町民の皆さんのライフステージにあった心と体の健康づくりを支援するため、体力づくり、生きがいづくり、予防対策等の各種健康づくり事業を展開していますが、今後一層進展する少子高齢化社会に対応し、安心して暮らせるまちづくりを推進するため、10月23日に開催されたふれあい広場で「健康づくりのまち」を宣言しました。

## 健康づくりのまち宣言

水と緑にかこまれた豊かな自然の中で、心身ともに健康で、幸せな生活を送ることは、すべての町民の願いです。その実現のためには、町民一人ひとりが「自分の健康は自分でつくる」という意欲を持って、健康づくりの知識習得、食事・運動などの生活習慣を改善するといった積極的な取り組みを、町全体で、みんなで助け合いながら進めることが大切です。また、行政がこのような健康づくりの環境を提供することが求められています。

少子高齢化が急速に進む社会情勢の中、生涯を通じて健康で安心して暮らせるまちを、町民、地域、行政が一体となつてつくるため、寄居町は「みんな健康！元氣いきいき寄居町！」を合言葉に「健康づくりのまち」を宣言します。

1. 人とのふれあいを大切にし、楽しく学び、いきいきとした暮らしをつくりまします。
1. 「栄養」「運動」「休養」のバランスが取れた健全な生活習慣を身につけます。

1. 自然に、スポーツに親しみ健康的な身体をつくりまします。
1. 健康診査を毎年受けて、自分の健康を考えまします。

## 開催します！健康診査結果説明会

健康診査にはさまざまな生活習慣を発見するヒントが隠されています。健診結果の疑問点や「ちよつと気になる」ところをそのままにせず、ご自分の健康や生活習慣について考えてみませんか。



当日は、質疑応答の際に直接自身の健診結果を質問することができます。ぜひご参加ください。

日時／12月2日(金)午後1時30分～3時  
場所／保健福祉総合センター

対象／9月～11月の健康診査を受診した方  
定員／100人(事前に申し込みが必要です)

内容／講演「健診結果の見方・活かし方」健診をきっかけに、あなたの健康について考えてみよう！  
講師／医師・清水和彦氏  
持参するもの／健診結果通知  
申し込み・問い合わせ／保健福祉総合センター(☎581・8500)へ。

## 開催します！わくわくクリスマス教室

中央公民館では「わくわくクリスマス教室」として、次の教室を開催します。申し込みは教室ごとに必要ですのでご注意ください。

### クリスマスリース作り教室

クリスマスリースに手作りのリースを飾ってみませんか。お子さんでも楽しく作れるリースを教えてくださいまします。

日時／11月19日(土)午後1時30分～3時  
場所／中央公民館  
定員／20人(定員を超えた場合は抽選となります)

費用／1,500円  
持参するもの／ハサミ  
講師／米山秀氏  
申し込み／11月15日(火)までに電話、または直接中央公民館へお申し込みください(月曜日は休館日です)。

### クリスマス料理教室

ハーブを使った、おしゃれなクリスマス料理とテーブルセッティングのポイントを教えてくださいまします。

日時／12月10日(土)午前10時～正午  
場所／中央公民館  
定員／20人(定員を超えた場合は抽選となります)

費用／1,000円  
講師／吉野節子氏  
申し込み／11月30日(水)までに電話、または直接中央公民館へお申し込みください(月曜日は休館日です)。

## 開催します！正月用しめ縄教室

中央公民館では、お正月用飾りのしめ縄教室を開催します。玄関などに飾れる簡単な正月飾りを作ります。

日時／12月18日(日)午後1時30分～3時30分  
場所／中央公民館  
定員／15人(定員を超えた場合は抽選となります)

費用／1,000円  
持参するもの／はさみ  
講師／神庭和男氏  
申し込み／11月30日(水)までに電話、または直接中央公民館へお申し込みください(月曜日は休館日です)。



# パブリック・コメント手続を実施します！

寄居町建築物耐震改修促進計画(案)についてパブリック・コメント手続を実施します。既存建築物の耐震化の目標や施策についてご意見をお寄せください。

## 手続方法

1. 募集期間／11月21日(月)～12月20日(火) (必着)
2. 資料の公表／町公式ホームページ (<http://www.town.yorii.saitama.jp/>) または、都市計画課、男衾・用土両連絡所で閲覧が可能です。  
※閲覧できる日時は、各窓口の業務日時となります。
3. 意見の提出方法  
意見提出用紙に案件名、住所、氏名、連絡先、勤務先・学校名等(町外の方のみ)を明記のうえ、郵送、ファックス、電子メール、持参のいずれかの方法で都市計画課へ提出してください。  
意見提出用紙は町公式ホームページのほか、資料を公表している場所にあります。  
※任意の用紙でも提出できますが、上記の必要事項を明記してください。  
※電子メールの件名は「耐震改修促進計画についての意見」としてください。
4. 注意事項
  - 意見を提出できる方は、町内に在住・在勤・在学の方、町内に事務所や事業所を有する個人・法人その他の団体です。
  - 電話や窓口での口頭によるご意見はお受けできません。
  - ご意見への個別の回答は行いません。
  - 公序良俗に反するもの、特定の団体・個人等に対する誹謗中傷が含まれるものは無効とします。※寄せられたご意見の概要は、個人情報に関するものを除き、後日町公式ホームページ等で公表します。

問い合わせ／都市計画課(☎581・2121内線243、FAX581・1173、電子メール [toshikei@town.yorii.saitama.jp](mailto:toshikei@town.yorii.saitama.jp))へ。



# 年金 あらいわ

## 年金に関するあなたの疑問にお答えします。

**質問** 国民年金のメリットは何ですか。  
**回答** 国民年金には次のようなメリットがあります。

1 老後をずっと支える終身保障

老齢基礎年金は、生きている限り年金が受け取れる。生涯の保障で、老後の生活をサポートします。

2 不測の事態に備える保険としての年金  
国民年金は老後だけでなく、加入者が事故や病気で障害が残った場合は障害基礎年金が支給され、死亡した場合は、その遺族に遺族基礎年金が支給されます。

3 納めた保険料は社会保険料控除の対象  
納めた保険料は、確定申告の際に全額が「社会保険料控除」として認められています。

**質問** 国民年金の「付加保険料」とはどのようなものですか。  
**回答** 月々の国民年金の定額保険料に加えて、月額400円を納付すると、将来の老齢基礎年金に付加年金が上乘せられます。この月額400円の保険料を付加保険料といいます。付加年金は、200円×納付月数で計算され、2年以上受給すると支払った付加保険料以上の付加年金を受け取れます(国民年金基金に加入している方は付加保険料を納付することはできません)。

**質問** 将来、公的年金制度が破綻してしまわないか心配です。  
**回答** 我が国の公的年金制度は、支払っていただいた保険料を積み立てておき、老後にそれを年金としてお支払いしているわけではありません。その時々々の現役世代の方が納めた保険料をその時々々の年金受給者の方に年金として給付しているのです。

つまり、公的年金制度は、親の世代の年金を支える保険料の納付義務を果たし、子どもの世代に支えてもらうという世代間扶養の仕組みです。公的年金制度は、国が法律に基づき管理運営しているため、国が存続する限り、破綻することはありません。

**質問** 年金手帳をなくしてしまいました。どうしたらよいですか。  
**回答** 年金手帳をなくしてしまつたときは再交付できます。町の保険年金課に備え付けの「年金手帳再交付申請書」に記入していただければ、年金手帳が申請者の自宅に郵送されますので、大切に保管してください。