HIKAWA

広報ひかわ 7

2016 No.129

氷川町キャッチフレーズ【大地の恵み歴史の香り氷川町】

特集 「水害」、普段からの準備を

梅雨を彩るかわいい花

指定緊急避難場所および指定避難所

地図番号	施設名称	所在地	電話番号
①	竜北福祉センター	島地651番地	52-5121
②	氷川町文化センター	島地642番地	52-5860
③	竜北中学校	島地665番地	52-1504
④	農産加工研修センター	鹿島1624番地1	52-0035
⑤	竜北西部小学校	鹿島746番地	52-0268
⑥	竜北東小学校	野津2336番地	62-3800
⑦	氷川町公民館 宮原体育館	宮原690番地2	62-2516
⑧	宮原小学校	今762番地	62-2147
⑨	氷川中学校	今39番地	62-2525
⑩	常葉保育所	宮原823番地	62-2232
⑪	宮原福祉センター	宮原702番地5	62-3456

※上記以外に、地区公民館を指定緊急避難場所および指定避難所に指定する場合があります。

特集

「水害」、普段からの準備を

初夏から秋にかけては、大雨や台風などによる災害が発生しやすい季節です。災害に対する備えとして、普段からできることを確認しましょう。

住んでいる場所の危険箇所・避難場所を確認しましょう

氷川町では、災害予防、災害応急対策、災害復旧に関して「氷川町地域防災計画」を定めています。

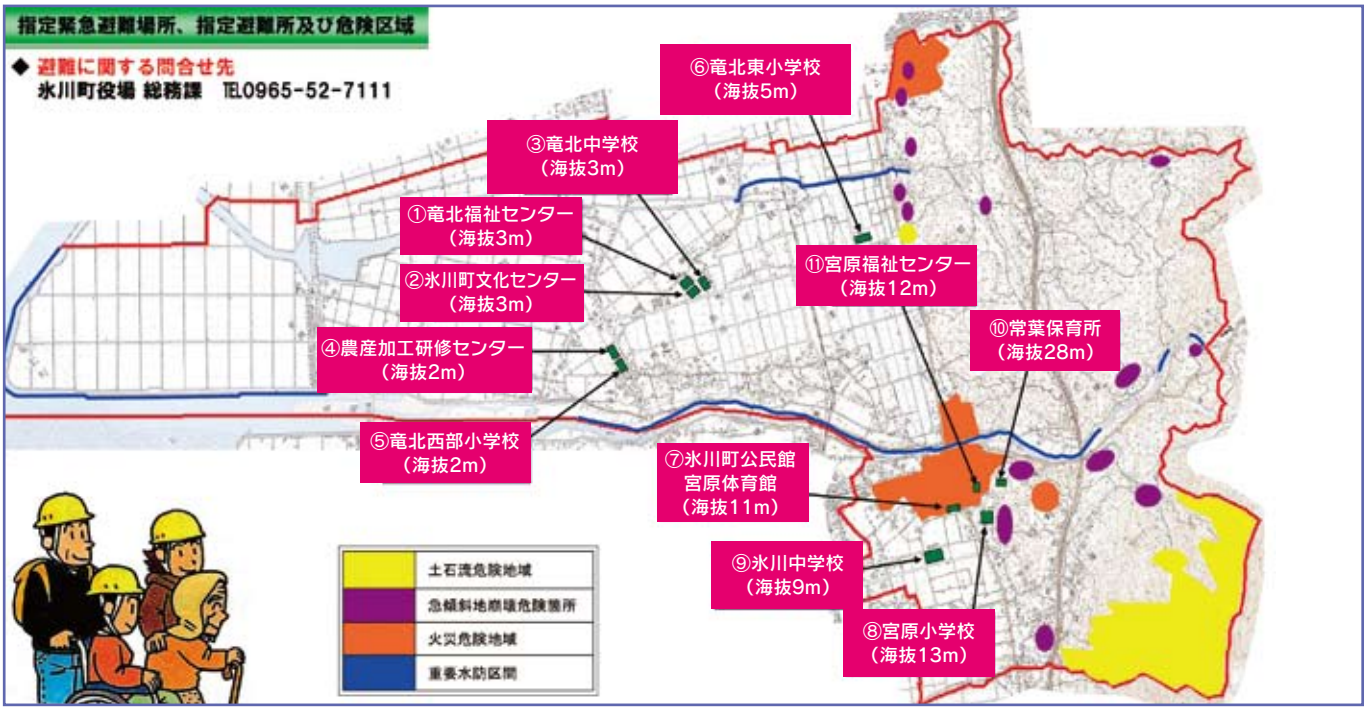
氷川町地域防災計画では、各地区で予想される災害、指定緊急避難場所および指定避難所が定められています。自分が住んでいる場所の危険箇所・避難所などについて確認をしましょう。

Contents

2 もくじ
3 普段からの準備を　水害への備え
4 すくーるらいふ(氷川中学校)
6 まちのトピックス!
8 「国民健康保険被保険者証」更新のお知らせ
9 後期高齢者医療被保険者の皆さまへ
10 JICA海外ボランティアからの活動報告
11 ひかわスポーツクラブだより!!／八火図書館だより
12 けんこう便り
13 こころの健康コーナー／認知症キャラバンメイトだより
14 立神峡だより
15 町民文芸
16 くらしの情報
22 伝言板／ひとのうごき／氷川町の火災・救急件数
23 7月カレンダー
24 ひかわっ子写真館/編集後記

紫陽花(あじさい)が一斉に咲き、梅雨時期のジメジメとした空気と、ふさぎ込みがちな気分をその色鮮やかさで癒してくれるように感じます。氷川町内でも、いたるところでカラフルな紫陽花が見られました。

(6月15日撮影)



氷川町における災害危険地区および指定避難所など

【宮　原　地　区】

危険地区	予想災害	指定緊急避難場所および指定避難所
氷川左岸（立神～新村）（※①）	異常降雨による溢水（※②）	⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪
氷川右岸（立神～川上）	異常降雨による溢水	⑩
椿、早尾、今、東上宮、桜ケ丘、立神、川上	急傾斜地崩壊・土石流危険箇所・大雨による住宅への浸水	⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪
町、東上宮、西上宮、桜ケ丘	大火災による住宅被害	
西上宮、新村、下宮、宮園、有佐、原田	大雨による住宅への浸水	⑦ ⑨ ⑪

※①河川の上流から下流に向かって右側が右岸、左側が左岸となります　※②：水があふれだす状態

【竜　北　地　区】

危険地区	予想災害	指定緊急避難場所および指定避難所
氷川右岸堤防沿い（河原～鹿島）4,200 m	異常降雨による溢水	① ② ③
柳の江、島地、鹿島、北鹿野	大雨による住宅への浸水	① ② ⑤ ⑥
鹿島	大火災による住宅被害（ひばりが丘）	① ② ④ ⑤
南鹿野、西網道、沖塘、若洲、東網道、中網道	高潮による住宅被害（氷川堤防沿い、和鹿島海岸堤防、砂川堤防）、大雨による住宅への浸水	① ② ③
吉本（町通り）	大火災による住宅被害	① ⑥
吉本	急傾斜地崩壊（前田宅裏山、宮川モータース裏山）	
高塚	吉野川溢水（国道上 70 m）、急傾斜地崩壊（白石雅義宅裏山）	① ②
迫	急傾斜地崩壊（大野窟下）	
笹尾	急傾斜地崩壊（笹尾公民館裏山、片山常一宅裏山）	
本山	急傾斜地崩壊（本田輝好宅裏山付近）	
中大野	がけ崩れによる住宅被害	
北川	急傾斜地崩壊（北川公民館裏山）、土石流（野津バス停北側上流、公民館横北側上流）	
新田、堺丸	八間川溢水（八間川両岸：新田～大野）	
河原、法道寺（国道上）	大火災による住宅被害	① ② ⑥
高野道、北野津、西野津、反甫、立石	大雨による住宅への浸水	① ②

避難に関する町からの情報

町は災害発生時、避難に関する情報の伝達を、防災無線や広報車により行います。

伝達の種類と内容

避難準備
洪水や土砂崩れなどの危険がある場合などに「いつでも避難ができるように準備を行う」段階です。
☆気象情報に注意を払い、危険を感じたら自主的に避難しましょう。

避難勧告
「安全を確保するため避難を促す」ものです。車での避難は避け、消防団などの指示に従って避難しましょう。
☆避難前にガスなどの火元を消しましょう。

避難指示（命令）
危険が目前に迫り、大変危険な場合に発令します。
☆避難対象地域の人は必ず避難してください。

すくーる らいふ school life（氷川中学校）

平成28年度　氷川中学校　教育目標

「『氷川中プライド』を胸に、意欲をもって活躍する生徒の育成」
～郷土に貢献し、社会でもたくましく生きていく人材の育成～

生徒数

1年：55人　2年：38人　3年：43人　合計：136人

めざす学校像

○生徒一人一人が主役になれる学校
○活気あふれる美しい学校
○安全・清潔な教育環境の整った学校
○家庭・地域と信頼で結ばれた学校

地域に貢献したい!!　今年もやります。コミュニティ・スクール

町の人たちと保護者、学校の教職員と教育行政の人たちでつくっている『氷川中学校運営協議会』のメンバー16人が5月23日に集まって熟議しました。みんなの思いは一つです。"町を舞台に氷川中生徒たちに『氷川中のプライド』を持たせましょう。そして、郷土を愛する心を育てましょう。ついでに、地域を盛り上げましょう。"という熱い思いです。昨年度は町の人たちから「氷川中生徒から元気をもらったよ」とたくさんの声をいただきました。今年もやります。町の行事や祭りに生徒たちが参加して盛り上げます。職場体験・農業体験では生徒たちが農業・商工業の活性化に貢献します。町の人たちを学校の行事にお招きします。一緒に町を元気にしましょう。

いつも明るく積極的な意見が出され、これからの行事が楽しみになります。

上の写真は5月23日の1シーンです。右の写真のように、今年1年間の活動計画（いつ、だれが、どんなことを）をそれぞれのポジション（立場）のグループで、学校行事と関連させながら考えました。昨年よりも計画的で機能的な運営で、無理なく、楽しく取り組めれば、ということです。新しくて積極的な意見がたくさん出されました！また左の写真は、それぞれのグループの発表の様子です。それぞれで検討したことを皆さん共有しました。（下の写真は平成27年度の様子です。）

梅雨をふっとばして行ってきました沖縄修学旅行

修学旅行が近づいてくるとドキドキしながら天気予報をみていました。予想通りに、修学旅行の前の日から沖縄は梅雨入り。にもまけず38人の2年生は元気いっぱいに南国の海に、山に、水族館、国際通り、伊江島、首里城、ひめゆりの塔・・・、かけまわって素晴らしい思い出をつくってきました。

伊江島ビーチにて

民泊先にて

ありがとう伊江島のみなさん

水族館、感動した！

平和について考えました。

平和に誓いを
～戦没者追悼式～

5月17日㈫、氷川町公民館多目的ホールにて平成28年度氷川町戦没者追悼式が行われました。

式典では遺族代表の梅田ミツエさん（立神）の献灯に続き、参加者全員で黙とうを捧げました。

また、氷川町遺族連合会支部代表の星田清治さん（東上宮）が追悼の言葉を述べられ、戦没者に平和を誓いました。

▲平和を誓って

伝統の畳を知って
～畳表座布団贈呈～

5月25日㈬、宮原小学校において、新入生への入学記念として、宮原農火の会が「いす用畳表座布団」を贈呈しました。

今年は会のトマト生産者の方々から「大玉トマト」も宮原小学校へ贈呈されました。爽やかな香りのする畳表座布団と真っ赤に熟れた大玉トマトが児童に手渡されると「ありがとうございます」と元気にお礼を言ってくれました。

▲畳座布団を敷いて学校頑張ります！

一緒にまちづくりを考えよう
～宮崎大学地域資源創成学部公開講座～

氷川町が学生の受け入れなどで交流をしている宮崎大学に、本年4月地域資源創成学部が新設されたことを記念し、6月4日㈯から3週にわたり、氷川町公民館で公開講座が行われました。

中学生以上を対象とした今回の講座は「人材育成・地域経営」、「農商工連携・地域活性化」、「食品加工・農業」のテーマで実施され、まちづくりを考えるよい機会となりました。

▲講義には老若男女問わず参加者が

父（ちち）の日に牛乳（ちち）を
～父の日に牛乳を贈ろうキャンペーン～

八代地域振農業協同組合酪農女性部では毎年「父の日に牛乳（ちち）を贈ろうキャンペーン」を実施しており、6月8日㈬に町のお父さん代表として藤本町長に牛乳が贈られました。

今年は父の日を忘れていたという方も、来年はお父さんに日ごろの感謝の気持ちを伝えてみてはいかがでしょうか。

▲女性部の皆さんから父の日の牛乳贈呈

出場おめでとうございます
～激励会～

【九州小学校テニスダブルス選手権大会】
- 梅田（うめだ）　菜々花（ななか）
  宮原小5年（栫）

【西日本年齢別選手権水泳大会】
- 山口（やまぐち）　瑠璃（るり）
  竜西小6年（若洲）
- 小林（こばやし）　佳紋（かもん）
  竜西小6年（西網道）
- 小林（こばやし）　佳澄瑠（かみる）
  竜西小5年（西網道）

【九州女子ユース（U-15）サッカー選手権大会】
- 稲田（いなだ）　雛（ひな）
  竜北中1年（東網道）
- 藤本（ふじもと）　日菜（ひな）
  竜北中1年（若洲）

▲梅田菜乃花さん

▲左から山口瑠璃さん、小林佳紋さん、小林佳澄瑠さん

▲左から稲田雛さん、藤本日菜さん

氷川町は学校と連携し「いじめ防止」に全力で取り組みます！

熊本県では、6月を「心のきずなを深める月間～いじめを許さない学校・学級を目指して～」と定め、いじめの未然防止をはじめさまざまな対策を推進しています。本町も、6月を「いじめ防止啓発月間」と定め、国道3号線の氷川町宮原交差点（氷川公園前）に懸垂幕を掲げ、いじめ防止の啓発に努めました。

また、町内5つの学校も「いじめ防止」に向けた取り組みを行い、いじめの早期発見・未然防止に取り組んでいます。

「いじめを許さない学校」を目指して

5月30日(月)竜北中学校体育館において、町内5校の教職員を対象とした「半日研修」（氷川町（組合）教育委員会および氷川町教育研究会主催）が開催されました。その研修会の開会行事で、竜北中学校生徒会が「いじめを許さない学校の取組報告」を行いました。友だちへの感謝の思いを書いた木の葉型のカードを貼って「ありがとうの木」をつくる取り組みや、朝の放送で放送委員が「みんなが嬉しくなったり、幸せになったりするような言葉を使いましょう」と呼びかける「ハッピーワード」の取り組みの紹介がありました。また、竜北中の生徒一人一人が互いの気持ちを大事にし、みんなで明るく楽しい学校づくりを推進するための「竜北中子ども人権宣言」の発表もありました。

多くの先生方を前に、堂々とした素晴らしい発表であり、「自分や他者を大切にする氷川っ子」が確実に育っていることを実感する内容でした。

▲竜北中生徒会による取組報告

▲国道3号線沿いの懸垂幕

保険証の更新お忘れなく！

国民健康保険被保険者証更新のお知らせ

現在お持ちの国民健康保険被保険者証は、7月31日㈰をもって有効期限が切れますので、被保険者証の交付（更新）を、下記の日程により地区公民館などで実施いたします。お忙しい時期ではありますが、更新されますようお願いします。

更新指定日に更新できない場合は、次の場所で交付します。

【竜北地区】
健康福祉課 国民健康保険係

【宮原地区】
宮原振興局 総務振興課 総合窓口係

「国民健康保険限度額認定・標準負担額減額認定証」をお持ちの人へ

認定証を8月以降も引き続き使用される場合は、新たに申請の手続きを行われますようお願いします。

なお、認定証の申請は保険証更新会場では行えませんので、健康福祉課または宮原振興局総務振興課で申請をお願いします。

国民健康保険税の上限額が変更されました

平成28年4月1日から国民健康保険法施行令の一部を改正する政令が施行されたことに伴い、氷川町の国民健康保険税の上限額（賦課限度額）も本年度から左表のとおり変更となりました。

	平成27年度まで	平成28年度以降
医療分	52万円	→ 54万円
介護分（40歳～64歳）	16万円	16万円
後期高齢者支援分	17万円	→ 19万円

※上限額とは国民健康保険税賦課（課税）額の上限のことです。国民健康保険税算定時にこの額を超えた分については賦課されません。

国民健康保険被保険者証更新日程

☆持参するもの　①印鑑　②国民健康保険被保険者証（世帯全員分）

期　日	時　間	竜北地区	会　場	宮原地区	会　場
7月19日（火）	9時～10時	本山・中大野	中大野公民館	新　村	新村公民館
	10時30分～11時30分	迫	迫公民館	下　宮	下宮公民館
	13時30分～14時30分	吉本・下高塚	吉本公民館		
	15時～16時	笹尾・上高塚	ウォーキングセンター		
7月20日（水）	9時～10時	高野道・北野津	野津交流館（ホール）	東上宮	宮原振興局
	10時30分～11時30分	西野津・北川	野津交流館（ホール）	町	宮原振興局
	13時30分～14時30分	河原・法道寺	法道寺公民館	西上宮	氷川町公民館
7月21日（木）	9時～10時	沖塘・若洲	沖塘公民館	桜ケ丘	桜ケ丘公民館
	10時30分～11時30分	西網道	西網道公民館	今	今公民館
	13時30分～14時30分	中網道	中網道公民館	早　尾	早尾公民館
7月22日（金）	9時～10時	東網道	東網道公民館	栫	栫公民館
	10時30分～11時30分	新　田	下新田公民館	原　田	原田公民館
	13時30分～14時30分	島地・上鹿島	鹿島公民館	有　佐	有佐公民館
	15時～16時	下鹿島	鹿島公民館	宮　園	宮園公民館
7月25日（月）	9時～10時	北鹿野	竜北歴史資料館（和室）	立　神	立神公民館
	10時30分～11時30分	南鹿野	南鹿野公民館	川　上	川上公民館
	13時30分～14時30分	柳の江・立石	健康センター（教養室）		
		反　甫	反甫公民館		

【お問い合わせ先】　健康福祉課 国民健康保険係 ☎52-5852（直通）　宮原振興局 総務振興課 総合窓口係 ☎62-2312（直通）

後期高齢者医療被保険者の皆さまへ

「後期高齢者医療被保険者証（保険証）」更新のお知らせ

現在お持ちの保険証（黄色）の有効期限は、7月31日㈰までです。

新しい保険証はオレンジ色です

新しい保険証は、7月中に簡易書留で郵送いたしますので、8月1日からは新しい保険証をお使いください。

なお、現在お持ちの保険証（黄色）は、8月1日以降に各自で破棄してください。

一部負担金の割合

一部負担金の割合（病院などでの窓口負担）は、平成28年度の町民税の課税所得を基に判定しています。

一部負担金の割合については、下表のとおりです。

臓器提供意思表示

保険証の裏面には臓器提供の意思表示欄があります。

臓器提供の意思表示をする場合は、ボールペンで記入してください。なお、個人情報保護のためのシールを担当窓口に用意しておりますので、詳しくは健康福祉課へお問い合わせください。

一部負担金の割合

（病院などでの窓口負担割合）

同一世帯の後期高齢者医療被保険者のうち、市町村民税の課税所得が145万円以上ある人がいる世帯の被保険者	3割
上記条件に該当しない世帯の被保険者	1割

「後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証」の更新および新規申請手続きのお知らせ

限度額適用・標準負担額認定証

世帯の全員が住民税非課税の人が、外来や入院で、多額の医療費が掛かる場合、事前に申請をし「限度額適用・標準負担額減額認定証」を病院の窓口で提示すると、医療費負担の月額が決められた限度額までとなります。

認定証は更新が必要です

現在お持ちの認定証（黄色）は7月31日㈰で有効期限が切れます。

所得区分が引き続きⅠ・Ⅱの人については、新しい「限度額適用・標準負担額認定証」（オレンジ色）を7月中に郵送しますので、8月1日からお使いください。

新しく申請される人は

所得区分Ⅰ・Ⅱの人で「限度額適用・標準負担額減額認定証」をお持ちでない人は、外来または入院で受診される場合に、この認定証が必要となりますので、健康福祉課または宮原振興局総務振興課へ申請をしてください。

※現役並み所得者、一般所得者の人は該当しません。

所得区分	入院時の自己負担限度額（月額）	外来時の自己負担限度額（月額）	入院時の食事代（1食当たり）
現役並み所得者（※①）	80,100円＋（総医療費－267,000円）×1% 4回目以降44,400円（※⑤）	44,400円	360円
一般所得者（※②）	44,400円	12,000円	360円
低所得者Ⅱ（※③）	24,600円	8,000円	過去12か月で90日までの入院210円 過去12か月で91日目からの入院160円（※⑥）
低所得者Ⅰ（※④）	15,000円	8,000円	100円

申請に必要なもの

・後期高齢者医療被保険者証

・印鑑

※①145万円以上の課税所得がある後期高齢者被保険者がいる世帯内の被保険者全員

※②現役並み所得者、低所得者Ⅱ、低所得者Ⅰ以外の人

※③被保険者の属する世帯の全員が住民税非課税の人（低所得者Ⅰ以外の人）

※④被保険者の属する世帯の全員が住民税非課税で、世帯全員の各所得が0円となる人（年金収入のみの場合は、80万円以下の人）

※⑤過去12カ月以内に外来と入院の限度額を超えた支給が4回以上あった場合、4回目以降は4万4400円になります。

※⑥入院期間が90日を超えた場合は、長期入院の申請により食事代が160円になります。

【お問い合わせ先】

健康福祉課 国民健康保険係

☎52・5852（直通）

海外に飛び立ち活躍

JICA海外ボランティアからの活動報告

一昨年7月から青年海外協力隊としてサモア独立国に派遣されている、氷川町出身の松浦伸哉さん（西網道）から最後の活動報告が届きました。

サモアで小学校の理科と算数の教育向上を支援

松浦　伸哉さん（西網道）

サモアの小中高等学校では理科・算数の理解度不足が共通問題とされています。

また、基礎計算を十分に理解しないまま小学校を卒業する生徒が多く、その過程を経た教師の指導力不足も問題となっています。

松浦さんは、現地の担任教師と共に授業を行い、教師に効果的な教授法を助言することで、現地教師の理数科能力改善と生徒の学力向上を支援されています。

サモア独立国

南太平洋の島国でウポル島とサバイイ島という2つの大きな島などで構成されています。世界で最も早く日付が変わる国の一つです。

公用語：サモア語、英語
首　都：アピア
面　積：2,944㎢（東京都の約1.3倍）
人　口：179,000人（2008年統計）

熊本の皆さまへ

故郷熊本で発生した地震の被害により亡くなられた方に謹んでお悔やみを申しあげますとともに、被災された方々に心よりお見舞い申しあげます。知人のサモア人からも地震の被害を心配する声がありました。力強く、美しい熊本の風景を世界に発信できるように、一日も早い復興を目指し、微力ながら私も復興に携わっていきたいと考えております。

2年間を振り返って

タロファラバー今回でサモアからの活動報告も最後となってしまいました。長いようでやっぱり長かったサモアでの2年間の生活も終わりを迎えます。職場の同僚や生徒たちとの関わり方に悩み、辛い時期もありましたが、そんな私を救ってくれたのも私の周りにいたサモア人たちでした。彼らの明るさや笑顔に何度救われたことでしょう。心から大好きだと言える人たちばかりです。この機会に、私が見てきたサモアンファミリーの素晴らしさを少しでも伝えることができたらなと思います。

サモアの「アインガ」

「コケコッコー」、「ブヒブヒ」、「ワンワンワン」動物たちの鳴き声で目覚める毎日。ここサモアでは、目覚まし時計は必要ないかも知れません。空が明るくなるのに合わせて、サモア人の1日が始まります。子どもたちは、目が覚めると寝床を片付け、昨夜使った食器の洗い物をしたり、家の周りのゴミ拾いをしたりします。大人たちは、朝のティーの準備をし、長い1日に備えます。

そして、子どもたちは学校へ行き、大人たちは仕事に行きます。村での生活となると、日本のように会社で働く人は少なく、多くの人はプランテーションでタロイモや牛や豚の世話をします。学校が終わり家に帰って来ると、洗濯をしたり、ココナッツの果肉を削って、料理をしたりします。大人たちが仕事などで家を空けている間は、子供たちが家事を代わりに行います。テキパキと仕事をこなす姿が印象的です。

サモア語でファミリーを意味する言葉「アインガ」。このアインガの一人一人に役割が決まっており、年齢が高くなるにつれてその役割の重要度が高くなっています。小さな子どもでも、家の掃除をしたり、おつかいに行ったりと役割が与えられており、家族みんなで家を支えています。言い換えると、誰一人として欠けてはならない存在なのです。日本人からするとサモア人の生活は不便が多いように見えるかも知れません。しかし、不便だからこそ、家族みんなで力を合わせて生活するため、「アインガ」の絆が強くなっているのではないでしょうか。

サモアで過ごしたこの2年間、多くの「アインガ」と出会い過ごしてきました。彼らが教えてくれた家族の絆や人とのつながりの大切さを忘れずに、長い人生を一歩ずつ歩んでいきたいです。

ありがとう、サモアのみんな。

心と体の健康づくり ひかわスポーツクラブだより!!

夏本番に向けていかがお過ごしでしょうか。熱中症が流行りだします。こまめな水分補給と共にミネラルの補給が大事になります。地域の皆さまが元気で活力ある生活が送れる様、ひかわスポーツクラブはサポートしていきます。

融和・健康・地域の元気づく

教室情報

骨盤体操・ヨガ教室（対象：中学生以上）
◆日　程：7月2日(土)、9日(土)
◆時　間：骨盤体操9時30分から10時20分
　　ヨガ10時30分～12時
◆会　場：氷川町公民館和室
◆費　用：各教室　1,000円
　　セット割り1,700円

7月の教室変更情報

バドミントン
◆会　場：氷川中学校体育館
◆時　間：19時30分から21時

カラオケ教室
◆会　場：先生自宅
　　文化センターの利用可能になり
　　次第会場変更

子どもスポーツ教室（対象：年少～小3）
◆日　程：7月10日（日）、24日（日）
◆時　間：10時～11時30分
◆会　場：すぱーく竜北
◆費　用：クラブ会員無料
　　会員外500円

※最新情報はひかわスポーツクラブで検索!

【お問い合わせ先】
氷川町文化センター内　ひかわスポーツクラブ事務所
☎:52-5860　FAX:52-7060　齋藤・稲本
クラブの取組は公式facebookより　『ひかわスポーツクラブ』で検索

八火図書館だより

現在、町内の小学校では「校内童話発表会」が行われています。
八火図書館では親子や友だち同志で『どれにしようか。』『覚えるのむつかしいかな。』と選んでいる姿を見うけます。予選は、学級、学年と進み低学年、中学年、高学年の部のそれぞれ一人が小学校代表として夏休みに開催される八代郡童話発表会に出場となります。
低学年で5分、中・高学年で7分のお話を覚えて発表することは、学校や家庭での声掛けが励みとなります。
八火図書館ではたくさんの本をそろえて皆さんを応援します。
夏休みは、長いお話の読書に挑戦しませんか。

開館時間
平　日　10時～18時　木曜日　10時～20時
土日曜　10時～17時

休館日
月曜・祝日

貸出冊数
図書5冊：2週間　雑誌2冊：5日
※詳しくはスタッフにお尋ねください。

【お問い合わせ先】
八火図書館　☎62-3489　FAX 62-3491
http://www.hikawa-lib.jp/info/hakka/

新刊図書

一般書	児童書
「大橋鎭子さんが教えてくれたていねいな暮らし」（洋泉社編集部）	「くつの音が」（あさの あつこ）
「ポイズンドーター・ホーリーマーザー」（湊 かなえ）	「小学生からはじめるわくわくプログラミング」（阿部　和広）
「あかちゃんと子どものアレルギー＆アトピー」（永倉 俊和）	「おしゃれコーディネーター」（石崎 なおこ）
「これからを生きるあなたに伝えたいこと」（美輪明宏　瀬戸内寂聴）	「弥生時代のサバイバル」（河合 敦：監修）
「図解　わかる年金」（中村 幸村）	「ここで土になる」（大西 暢夫）
「カツオが磯野家を」片づける日（渡部 亜矢）	
「ボケない暮らし30カ条」（朝田 隆）	
「Seriaでかなえるときめき収納＆インテリア」（Como）	

雨の日は読書で　爽やかに過ごしましょう。

けんこう便り

5月・6月にお受けいただいた住民健診の結果説明会を下記の日程で行っています。
健診で見えてきた生活の状況を私たち保健師や管理栄養士と共に振り返ってみましょう!
今回の検査の中の血糖値（HbA1c）は１～2か月前の数値を示すことから、熊本地震で落ち着かなかった生活がもしかしたら反映されているかもしれません。そういった生活背景も一緒に考え、より良い生活を保ち続けていけるよう、応援します!!

Q「結果説明会」ってどんなことするの？

A 特定健診の健診結果を経年で変化を見ながら、その理由を一緒に見つけていきます。
今、ご自分の体の中がどんな状況なのか、データを読み取り、特に血管の状態を読み解きます。
個別の面接は15～20分ほどの時間を予定しています。

Q「結果説明会」に行けない時はどうしたらいいの？

A 健診の受診日に合わせた結果説明会に来れない場合は3つの方法でお渡ししています。
①予定の説明会日以降の会場で結果をもらう（個別にデータを見立ててお渡しします）。
②健康センターに結果を受け取りに来る。
（結果説明会などで不在にすることもありますので、事前にご連絡いただきますと健康センターで結果をお渡しできます）
③結果説明会終了後（7月16日）以降に郵送で受け取る。
（結果のご説明が必要な方には、郵送後にお伺いするなどして個別にお話しさせてください）

【結果説明会日程表】

説明会日	時間（受付開始時刻）	説明会会場	対象日（対象地区）
6月30日（木）	9:00～11:30	ウォーキングセンター	5月26日（高塚・北川・吉本）
	13:00～15:00		5月27日（新田・中大野・本山・迫・笹尾）
7月 1日（金）	9:00～11:30	野津交流館	5月28日（河原・法道寺・北野津・高野道）
	19:00～20:00	桜ヶ丘公民館	5月31日（桜ヶ丘）
7月 2日（土）	9:00～10:30	氷川町公民館（1階ホール）	5月29日（栃・有佐）
	10:30～12:00		5月30日（早尾・今・町）
	13:00～14:30		5月31日（東上宮・桜ヶ丘・西上宮）
	14:30～16:00		6月 1日（原田・宮園・新村・下宮）
7月 7日（木）	9:00～11:30	若洲公民館	6月 7日（若洲・沖塘）
	13:00～15:00	健康センター	6月 2日（柳の江・西野津・西網道）
	19:00～20:00	立神公民館	5月29日（立神・川上）
7月 8日（金）	9:00～11:30	健康センター	6月 3日（北鹿野・島地・反甫・立石）
	13:00～15:00		6月 4日（中網道・南鹿野・東網道）
7月13日（水）	9:00～11:30	鹿島公民館	6月 6日（鹿島1～2、3～4、5～8、9～13）
7月16日（土）	9:00～11:30	健康センター	6月 5日（全地区）

【お問い合わせ先】 健康センター 保健師 ☎52-7154