

# 保健のひろば

## 4月から平成21年度の各種検診が始まります

胃がん検診は、造影剤(バリウム)を飲んでエックス線撮影し、食道や胃十二指腸の形や粘膜の状態などを検査します。胃がんなどの発見に欠かせない検査ですので、定期的

に受けましょう。暴飲暴食、早食い、ストレスは胃腸への負担が大きいので、胃腸へのいたわりを忘れないようにしましょう。市で行う21年度の全検診日程表も全戸配布していますので、計画的受診にお役立てください。皆さんの多数の受診をお待ちしています。

## 健康づくり推進大会で心と体の健康づくりを

「心と体の健康づくりをすすめるようくメタボリックシンドロームの予防」をテーマ

に掲げ、健康づくり推進大会は2月22日、西根地区市民センターで開催しました。

良い歯の表彰、講演会、映画上映、健康体操、相談コーナー開催、具だくさん汁と手打ちそばの試食、郷土料理販売と盛りだくさんの内容でした。

当日は、あいにくの天気ながら300人の皆さんに参加していただきました。大変ありがとうございました。



にぎわいを見せた健康づくり推進大会

## 妊婦健康診査受診票の発行枚数が増えました

妊婦健康診査を受ける際に使用する「妊婦健康診査受診票(妊婦健康診査受診票)」を、21年度(4月以降に妊娠届け出をした人)から1人最高14枚、また

希望者には子宮頸がん検診受診票を1枚発行します。妊婦健康診査受診票は妊娠届け出時の妊娠週数により交付枚数が異なりますので妊娠届け出は早め

にしましょう。

また、すでに妊娠の届け出が済んでいる人には、妊婦健康診査受診票を追加交付します。担当窓口で手続きをしてください。

## 赤ちゃんの健康を守る予防接種をお忘れなく

市は、急性灰白髄炎(ポリオ)の予防接種を4月と10月に実施します。標準的な接種年齢は生後3〜18カ月で、この間に2回接種します。接種は注射ではなく、専用のスポイトでワクチンを飲むものです。事情により2回服用していかないときは生後90カ月未満まで、接種を受けることができます。

対象者には通知書を発送しています。2回接種済みの場合は保健課予防接種担当までお知らせください。

## 4月の松尾地区健康相談日程のお知らせ

- 場所 松尾総合支所
  - 日時 4月13日(月)、20日(月)、27日(月)、午前10時〜正午
  - 内容 母子健康手帳の交付、身長・体重測定、乳幼児・成人健康相談
- 詳しくは、市市民部保健課(☎76-2111)まで。

## 成年後見制度を活用し大切な家族の手助けを

「成年後見制度」は、認知症や知的障がい、精神障がいによって、困りごとを一人で解決することが難しくなった人を守る制度です。

例えば、悪徳商法で10万円分の健康食品を買わされた認知症の人がいるとします。8日以内であれば、クーリングオフの対象(商品によっては14日、20日以内のものもあります)となりますが、押入れの奥に大事にしまっているなどして、家族がこの健康食品に気が付くのが遅れた場合は、クーリングオフの対象になりません。こうした事例では、消費生活センターなどに相談して解決策を探るほかありません。

しかし、成年後見制度を利用していけば、こうした悪質

# 介護の窓口

商法などは不当な契約として取り消すことができます。解約できるのは、成年後見人という代理人です。例に挙げたような場合でも、家族が成年後見人になっていければ、健康食品を返してお金を取り戻すことができます。

成年後見人は原則、誰でもなることができます(破産者などは除く)。夫・妻・息子・娘・孫・めい・おいなどの親族や、弁護士・司法書士・社会福祉士などの専門家にお問い合わせすることもできます。最終的には家庭裁判所が選任し、後見人の仕事をちゃんとできるように裁判所がバックアップしてくれます。

成年後見人の仕事は、大きく二つあります。一つは本人の財産の管理です。預貯金を本人に代わって出し入れするなど、本人の財産を守ります。もう一つは、介護保険のサービス契約を代行するなどして、本人の生活を守っていくことです。

成年後見人は、本人の生活を守る人です。成年後見制度を利用して、信頼できるパートナーと一緒に人生を歩んでみませんか？

詳しくは、市包括支援センター(☎76-2111)まで。

# 環境の みらい

私たちにもできること

## 非営利団体などが行う 資源ごみ回収に報奨金

市は、資源ごみの有効活用を推進するため、市内の子ども会やPTA、自治会などが資源ごみの集団回収を実施した場合に報奨金を交付します。

### ■対象となる団体

- ①市内に活動拠点を持つ団体
  - ②地域社会に貢献できる団体
  - ③営利を目的としない団体
- ※個人・企業は該当になりません

### ■報奨金の対象品目と金額

。アルミ缶、スチール缶、その他ビン、紙パック、新聞紙、段ボール、雑誌、布類：1キロにつき5円

。一升ビン：1本につき5円

### ■手続き方法

希望する団体は、集団回収をする前に団体登録申請をし、22年3月31日までに関係

書類を担当課へ提出してください。

### ■注意事項

請求は随時受け付けますが、予算を超える場合は交付できないことがありますので、早めの手続きをお願いします。

この制度は資源の再利用、ごみの減量化、分別意識の高揚につながり、併せて団体の活動資金の確保、地域のコミュニティ活動づくりにも役立ちますので、ご利用ください。また、市民の皆さんも資源ごみの集団回収にご協力ください。

## 5万円まで補助します ごみ集積所の新築など

市は、地域の環境美化と公衆衛生の向上のため、地域の家庭が利用しているごみの集積場所の整備に対して、次のとおり補助金を交付します。

### ■対象団体

地域の自治会など、ごみ集積場所を管理する団体

### ■補助対象経費

ごみ集積場所の新築および改築（1集積所につき1回まで）

※共同住宅などは、対象になりません。

### ■補助金額

予算の範囲内で、補助対象

経費に5万円を限度として補助します。

### ■手続き方法

①補助金交付を希望する団体は、交付申請書に必要書類を添えて提出してください。

②市は、申請内容を審査し、補助金交付決定を通知します。

③設置が完了したら、必要書類を添えて交付請求書を提出してください。

### ■その他

補助を受けた団体は、事前に相談してください。

また、予算には限りがあるため、申請を受け付けられない場合もありますので、ご了承ください。

## 集積所のネット購入費 助成する制度あります

市公衆衛生組合連合会は、ごみ集積場所のネットを購入する団体に対して、購入費の一部を次のとおり補助します。

### ■対象団体

地域の自治会など、ごみ集積場所を管理する団体

### ■補助金額

ごみ集積場所1カ所につき1万円を上限として、購入費の2分の1を補助（100円未満は切り捨て）

詳しくは、市市民部市民課（☎76-2111）まで。

## 食育のススメ

楽しい食事で  
健康な体づくり

八幡平市生涯学習推進大会「学びのひろば」は1月25日、西根地区市民センターで開催されました。

同大会では、毎年「食」や「食育」に関することを体験学習に取り入れています。今回は、「ふるさと食紀行」と題し、八幡平市食生活改善推進員連絡協議会の皆さんの協力を得て「郷土料理づくり」を行いました。

この体験学習への参加を、市民の皆さんに呼び掛けたところ、大人だけでなく「食」に興味のある親子連れなどが多数応募。笑いが絶えず、明るい雰囲気にもまれながらの体験学習となりました。

今回は子どもに包丁を持たせて切ったり、刻んだり、食材に直接手を触れてこねるなど、楽

しく調理を体験。笑顔で調理に挑戦する子どもたちの姿は、とても頼もしく感じられました。

近年、核家族化が進み、「料理」や「食」の知識が自然に次世代へ伝わる機会が少なくなっています。市は、これまで家庭で行ってきた「食育」の一端を地域や学校で支援することも大切な「食育のススメ」と考えています。

市は、21年度も引き続き、さまざまな「食育」に関係機関と連携して取り組みを行っていきます。

詳しくは、市産業部農政課（☎76-2111）まで。



料理についての指導を受けながら、食について学びました