

100歳おめでとございます!



柿本 マスエさん
大正5年1月13日生

1月12日(火)に、松本町長がお祝いに訪問しました。いつまでもお元気で!

廃乾電池を回収します

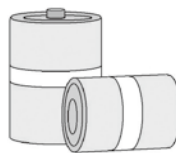
回収箱を設置しますので、回収袋から取り出して、廃乾電池のみを回収箱に入れてください。



お問い合わせは、
(☎63・3800)まで。

●場所：各地区の粗大ごみ
回収日：3月27日(日)

以前のように入れたままでは、出さないでください。回収袋は保管用としてご使用ください。



収集場所

野焼きは法律で
禁止されています

「近所でごみを燃やしている、煙で困っている」、「ごみの焼却で灰や燃えかすが、田んぼに入っている」などの苦情が多く寄せられています。

家庭でのごみの焼却は、近隣の人に迷惑を掛けるだけでなく、ダイオキシシン類発生や火災の危険など、さまざまな問題となつていきます。



ドラム缶・ブ
ロック囲い・素
ぼりの穴を利
用したものや、
法で定められた構造基準を満たしていない焼却炉などによる焼却は、法律で禁止されています。家庭ごみは焼却せずに、決められた収集日に分別して出してください。

農林漁業を営むためのやむを得ない焼却などは、法律で例外的に認められていますが、焼却量や時間帯、風向きなどを考慮しましょう。

研修会のお知らせ



お問い合わせは、
(☎63・3801)まで。

演題「女性の健康づくり」

婦人科がんとがん検診

日時 平成28年3月17日(木)

13時30分～15時

講師 日高マタニティクリニック

院長 岡田雄一先生

場所 御坊保健所別館大会議室

(御坊市湯川町財部859-12)

申込先 役場健康推進課

(☎63・3801)

御坊保健所保健福祉課

健康日高21推進協議会

(☎22・3481)

締切 3月14日(月)

子宮がんは、女性なら誰にでも起こりうる病気です。あなたの健康と命を守るため、検診を受けて安心した毎日を送りましょう!



ひとり暮らしをどう過ごすか

子どもが元気をなくしたり、登校しなくなったりした時、大人は戸惑います。この戸惑いや不安など胸の内を語り合い、学び合って、親同士で支え合う場として、「親の会」ができました。そして、「子どもの居場所」もほしいね」という願いから、昨年11月より「居場所」を始めました。「居場所」にもお気軽にお越しください。個別の相談もお受けしています。

■「居場所」開設日

日時

3月4日・11日・18日・25日
(金曜日午後2時～5時)

場所 日高教育研究センター
(御坊教育会館横 御坊市湯川町財部254)

お問い合わせなど、詳しくは日高郡・御坊市親の会(☎222-0199)まで。



要介護認定を受けているみなさんへのお知らせ

法改正により平成27年8月1日から65歳以上で要支援・要介護認定を受けているみなさまのなかで、「一定以上所得者」の方は、介護保険サービスを利用するときの自己負担割合が2割になりました。(通常は一割負担) 新規の要支援・要介護認定を受けられた方には、町から通知する認定等結果通知書とともに「介護保険負担割合証」を交付します。負担割合は、個人の所得で決まるので同じ世帯でも負担割合が異なることがあります。

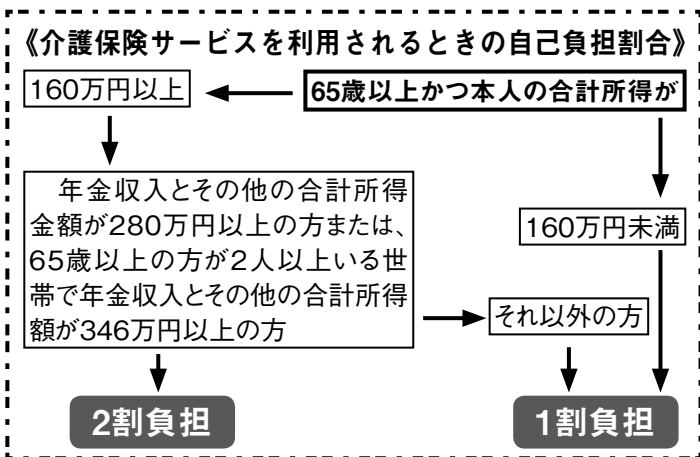
☆2割となる方

65歳以上で本人の合計所得金額が160万円以上であって年金収入とその他の合計所得金額が280万円以上の方または、65歳以上の方が2人以上いる世帯で年金収入とその他の合計所得金額が346万円以上の方です。

新規要支援・要介護認定を受けられた方の負担割合証の有効

期間は、認定の日から直近の7月31日までとなっています。前年の所得等で負担割合が決定します。

介護保険負担割合証は、介護保険サービスを利用するときに自己負担割合を示す証明書になります。介護保険の保険証とともに介護保険サービス事業所に必ず提示ください。



詳しくは健康推進課(☎63-3801)まで。

運動教室のご案内

効果的な運動方法を学んで、メタボリックを予防・改善しませんか？

楽しく運動したい方、ぜひご参加ください。

内容

- ストレッチ
- 初級エアロビクス
- ウォーキングフォーム
- 筋力トレーニング

ご用意いただく物

- 動きやすい服装
- 運動シューズ(下用で可)
- 汗ふきタオル
- 飲み物(お茶等)

お申し込み・お問い合わせ先 健康推進課 ☎63-3801

今年度最後の運動教室です♪

日時	場所
3月14日(月) 13:30~15:00	メディカル&フィットネス アクオ 3階

☆医療機関にかかっている方は、運動制限について必ず主治医にご相談ください。



講師

メディカル&フィットネス アクオ 運動指導士