

健康づくりりに活躍中!

みんなの地区に保健推進委員

■委員は市民の元気のために

皆さんは保健推進委員をご存知ですか。保健推進委員は各地区から推薦を受け、市に委嘱された方。市の保健師と協力し、さまざまな保健活動を行っています。

活動内容は、健康づくり教室や知識を広めるための集まりの開催、健康に関する相談など。地域のひとの話し合いの場を持ち、皆さんから出された要望や意見を市に伝える役割も果たしています。

このほか市が行う健康相談や特定健診、がん検診などの呼び掛けも。皆さんの健康づくりを手伝えるよう研修会にも積極的に参加し、健康に関

■安心してご相談ください

委員は現在182人。皆さんの地区にも保健推進委員が必ずいます。健康について悩んだり、困ったときは安心してご相談ください。相談に関する秘密などは必ず守ります。

※各地区の委員については保健推進課（TEL 61-3315）に問い合わせください



保健推進委員連絡協議会
西美代子 会長

地域の皆さんに、いつまでも生き生きと生活してほしいと願い、活動しています。目指すのは地域のより所。気軽にご相談ください。また委員OBの方にはお願いです。まちの健康力向上のため、地域の方に検診の受診を勧めるなど、活動へのご協力をお願いします。

表彰

火災防止の功績称える

警報器で隣家の異変を察知

8月17日、久慈広域消防本部（松野下富則消防長）は、隣家の異変を察知し、通報した小谷地ちよこさんと真寿美さん親子に感謝状を贈呈。火災防止の功績を称えました。

8月4日深夜、隣家から鳴る高い音に気付いた真寿美さんが家の外に出てみると「火事です」との火災警報器のメッセージが。異臭も感じたため、

ちよこさんとともに窓を叩いて住人に異変を知らせ、119番通報をしました。二人の機敏な行動によって火災は未然に防止。住人も無事でした。

昨年6月からすべての住宅に設置が義務付けられた火災警報器の設置率は久慈管内で約63%。火災から命と財産を守るため、未設置の家庭は今すぐ警報器を設置しましょう。



感謝状を受けた
小谷地ちよこさん(左)
真寿美さん(右)

▶小谷地ちよこさん（門前）＝周りの住宅も危ないと思い必死に行動しました。火災警報器の必要性も改めて感じました。
▶小谷地真寿美さん（久慈東高3年）＝異変にあせり心配しましたが、家も住人も無事で本当に良かったです。



久慈秋まつり

いよいよ9月。祭りの季節がやってきました。誰もが燃える久慈秋まつり。今年も8組すべての山車組が手作りの山車で参加します。情熱ほとばしる豪華な山車と、威勢のよいみこしや芸能パレード。県北最大のイベントをみんなで楽しみ、みんなで盛り上げましょう。

- 前夜祭 9月17日(木)**
山車組音頭・みこし競演
■時間＝18時～
■会場＝やませ土風館
- お通り 9月18日(金)**
みこし・山車合同運行
■時間＝16時～
■道順＝荒町～中央（駅前通り）～本町
- 中日 9月19日(土)**
郷土芸能パレード
■時間＝14時～
■道順＝荒町～中央（十段通り）～本町
- お還り 9月20日(日)**
山車・みこし合同運行
■時間＝14時～
■道順＝本町～中央（十段通り）～荒町



みんなで一緒に盛り上げよう!

10月～ 高齢者の住民税 年金から天引きに

— 納税通知書の3枚目の金額をお確かめください —

10月から、公的年金の所得に対する個人住民税（県民税、市民税）は公的年金から特別徴収（天引き）されます。公的年金以外の所得に対する個人住民税の支払い方法は従来どおりです。この変更によって負担する税額が増えることはありませんのでご安心ください。

年金から天引きされる税額は、6月に送付した納税通知書の上から3枚目「平成21年度公的年金からの特別徴収税額」をご覧ください。中段に平成21年10月、12月、平成22年2月、4月、6月、8月の欄があり、その右側に黒い字で金額が印刷されています。（金額がない場合は、年金からの天引きはありません）

- ▶対象者＝4月1日現在で次のすべてに該当する方
- 65歳以上で個人住民税の納税義務のある方
 - 年額18万円以上の老齢基礎年金または老齢年金、退職年金等を受給している方

終了します 国民年金推進員による国民年金保険料の収納

国民年金制度の周知と将来の年金受給権を確保するため、二戸社会保険事務所が行っていた国民年金推進員による国民年金保険料の収納が9月で終了します。10月からは、委託を受けた民間会社が保険料納付のお願いなどを行います。この変更は平成18年7月に施行された「公共サービス改革法」によるもので、すべての社会保険事務所ですら実施されます。

今後とも年金制度へのご理解とご協力をお願いします。

胃がん検診 行います

次の日程で胃がん検診を行います。申し込み済みの方には検診票をお送りします。山形町の検診は10月です。検診票は10月の検診に合わせてお送りします。今回の日程で受診を希望する方で、検診票が届かない方は保健推進課までご連絡ください。

- ▶対象＝40歳以上の男女
- ▶料金＝1,400円
- ▶検診日・会場

検診日	会場
9月8日(火)	小久慈公民館
9月9日(水)	小久慈公民館
9月10日(木)	長内公民館
9月11日(金)	元気の泉
9月14日(月)	宇部公民館
9月15日(火)	夏井公民館
9月16日(水)	大川目公民館
9月24日(木)	長内公民館
9月25日(金)	元気の泉
9月27日(日)	元気の泉
9月28日(月)	侍浜公民館・山根公民館
9月29日(火)	元気の泉
9月30日(水)	元気の泉

※受付時間はすべて6:30～9:00

ポリオの予防接種

次の日程でポリオの予防接種を行います。地区ごとに日程を分けていますが、都合がつかない方やお子さんの体調が悪い場合は他地区の日程でも受けられます。

- お子さんの体調の良い日に接種するようにしてください。
- ▶対象＝生後3カ月～90カ月（7歳6カ月）の子ども
 - ▶接種日・会場など

接種日	会場	対象地区
10月2日(金) 受付13:30～14:15	元気の泉	河北地区・山根町
10月6日(火) 受付13:30～14:15	元気の泉	夏井町・侍浜町・小久慈町
10月7日(水) 受付15:00～15:30	山形老人福祉センター	山形町
10月9日(金) 受付13:30～14:15	元気の泉	河南地区・湊地区・宇部町
10月13日(火) 受付13:30～14:15	元気の泉	長内町・大川目町

ポリオに感染すると手足の麻ひが
ポリオは人から人に感染する病気です。感染すると手足が麻ひする場合があります。麻ひは一生残ることも。感染を防ぐため、予防接種を受けましょう。