

# 広報 やないづ

## 7

vol. 496 2009

### ●今月の内容●

ご確認ください 医療保険証等の更新時期です	2
シルバー人材センター会員募集・仕事依頼募集	5
赤べこ新聞社	8
みんなの健康	10
情報プラザ	12

# ご確認ください 医療保険証等の更新時期です

## 後期高齢者医療被保険者証。 国民健康保険高齢受給者証の更新

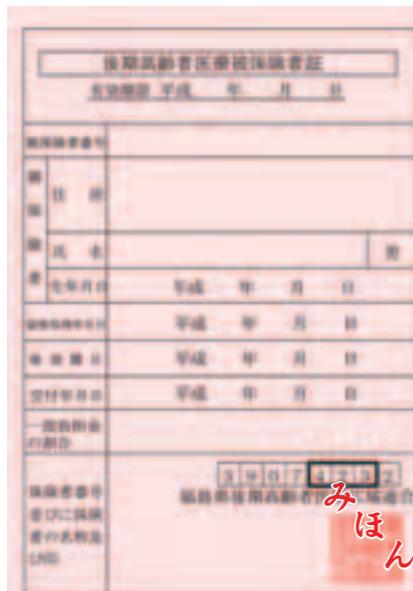
### 【後期高齢者医療被保険者証の更新】

後期高齢者医療被保険者証の有効期限は平成21年7月31日までとなっております。8月1日以降に医療機関を受診される場合は、新しい保険証をご利用ください。

●対象者 現在後期高齢者医療被保険者証（ピンク色）をお持ちの方

●更新日 平成21年8月1日

●交付方法 7月末までに各地区の区長さんを通じて交付されます。  
(手続きの必要はありません)



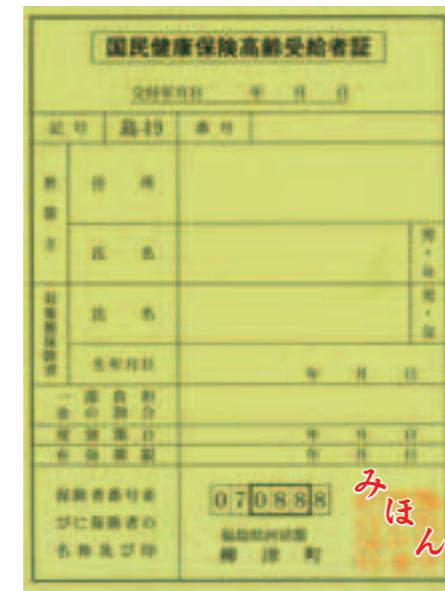
### 【国民健康保険高齢受給者証の更新】

現在国民健康保険に加入されている70歳～74歳の方には、国民健康保険証とは別に高齢受給者証が交付されております。高齢受給者証には医療機関窓口で支払う自己負担割合が記載されており、病院を受診する際には保険証と一緒に提示ください。

●対象者 国民健康保険加入で  
70歳～74歳までの方

●更新日 平成21年8月1日

●交付方法 7月末までに各地区の区長さんを通じて交付されます。  
(手続きの必要はありません)



## 国民健康保険・後期高齢者医療保険 「限度額適用・標準負担額減額認定証」の更新

— 毎年8月に限度額適用認定証等の更新手続きが必要となります —

国民健康保険及び後期高齢者医療保険加入の方で現在「限度額適用・標準負担額減額認定証」をお持ちの方は有効期限が平成21年7月31日までとなっておりますので、入院中の方は再度申請が必要となります。

8月になりましたら、現在お持ちの「限度額適用・標準負担額減額認定証」、「保険証」、「印鑑」をご持参の上町民課窓口にて申請してください。

● 限度額適用・標準負担額減額認定証の申請をすると…

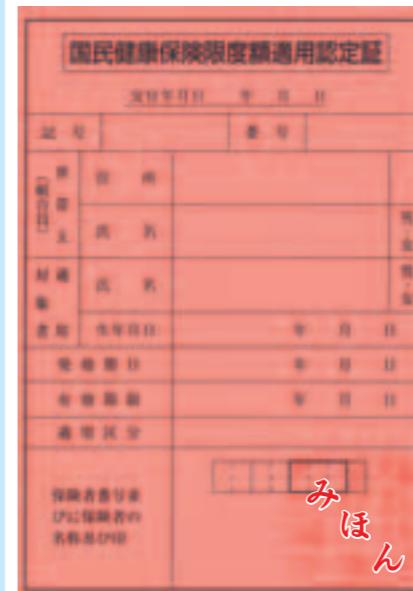
入院時の医療費、食事代、居住費の自己負担限度額が適用されます。

限度額は、世帯の収入等により異なりますので、詳細については町民課にお問い合わせください。

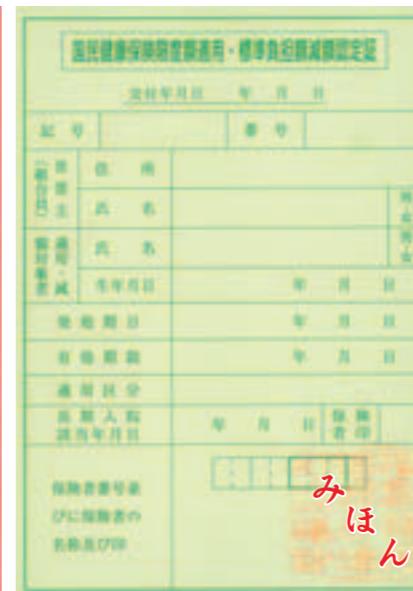
● 有効期間は…

平成21年度の限度額適用・標準負担額減額認定証の有効期間は、申請した月の初日から平成22年7月31日までとなります。

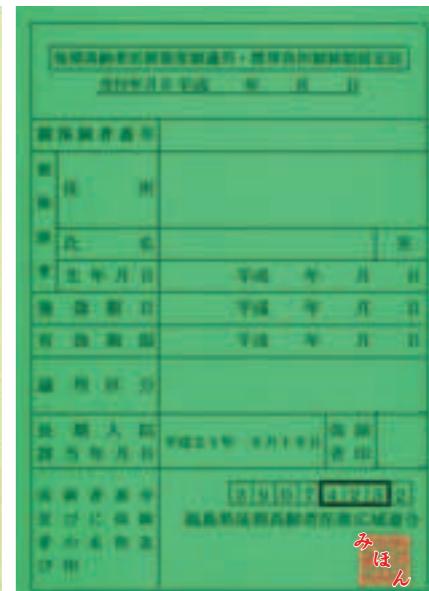
現在入院中の方及び入院される場合には申請してください。



国民健康保険限度額適用認定証



国民健康保険限度額適用・  
標準負担額減額認定証



後期高齢者医療限度額適用・  
標準負担額減額認定証



# シルバー人材センター

会員募集・仕事依頼募集

## 会員になりませんか

～あなたの持っている力を生かし、地域社会の向上と貢献にお力をお貸し下さい～

### ■入会出来る人は

- 柳津町に住んでいる方。
- 原則として60歳以上の方。
- 健康でお互いに助け合い共に働く意欲のある方。

### ■入会申し込み

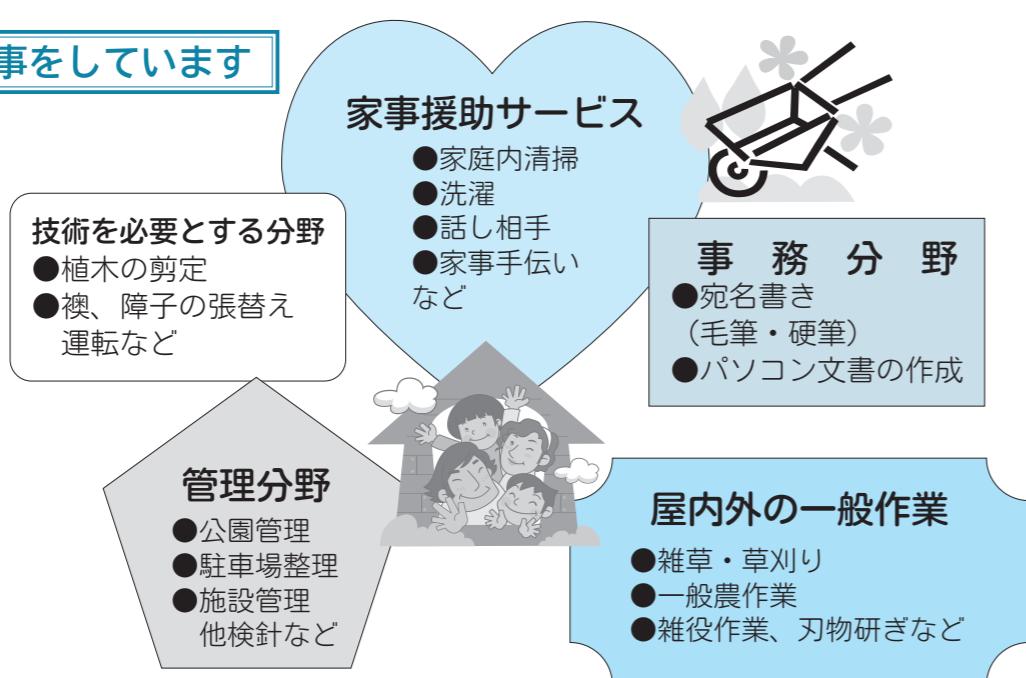
(事前の入会説明会を受けた後)  
毎月第3金曜日 午前9時から  
(社) 柳津町シルバー人材センター  
**TEL 41-1445**にて  
入会申込を受付しております。

### ■入会説明会

先ず入会説明会に参加してください。  
毎月第3金曜日に入会説明会を開いています。(事前に電話でご連絡ください)  
システムや(社)柳津町シルバー人材センターの現状をご説明いたします。

## 会員になって、共に働きましょう

### こんな仕事をしています



### 仕事の依頼方法

- ①シルバー人材センターまでお電話下さい。
- ②仕事内容をご連絡いただき、ご相談の上、ふさわしい会員をご紹介いたします。
- ③会員の作業終了後、当センターから請求書を発送します。

問 (社) 柳津町シルバー人材センター

〒969-7201 柳津町大字柳津字下荒町甲1111 (銀山荘内)

TEL・FAX 0241-41-1445

## 後期高齢者医療保険料の納付方法について

# 「年金天引き」から「口座振替」に変更できます。

75歳以上の方が加入されている「後期高齢者（長寿）医療制度」。後期高齢者医療保険料については、個人ごとに納めていただいております。

平成21年度以降の保険料の納付は以下の2通りの方法からの選択となります。

①年金からのいわゆる「天引き」による納付

②「口座振替」での納付

年金からの納付を口座振替に変更希望される方は、町民課において手続きをしてください

- 7月31日までにお手続きいただくと平成21年10月分の年金からの納付が中止され口座振替となります。

- 口座振替の手続きに際しましては、口座振替依頼書の提出が必要となりますので、①振替口座の通帳 ②通帳のお届け印をお持ちください。

※なお、年金受給額が年額18万円未満の方、後期高齢者医療保険料と介護保険料の合計額が年金受給額の1/2を超える方は、口座振替または納付書による納付となります。

## 特定健診＜施設健診＞の実施について

40歳～75歳までの方は、特定健診受診が義務となっています。

国民健康保険加入の方で、先日の健診の希望調査で施設健診を申込された方、また集団健診を未受診の方は、後日、「健診のお知らせ」と「受診券」をお送りいたしますので、下記医療機関において受診してください。

### 医療機関

- |               |         |
|---------------|---------|
| ・柳津町国民健康保険診療所 | ・坂下厚生病院 |
| ・竹田総合病院       | ・会津中央病院 |
|               | ・県立宮下病院 |

問 町民課保健衛生班 TEL 42-2118



## 熱中症に注意しましょう！

暑さもピークを迎えるこの季節。夏休みの時期でもあり、野外で活動することも多いのではないで  
しょうか？真夏の高温環境下で注意しなければならないのが、「日射病」などの「熱中症」です。  
「熱中症」は7・8月に集中し、特に7月下旬から8月上旬がもっと多くなります。ちょっとした  
注意で十分に予防できる病気ですので、予防法、そして起こってしまった場合の対処法を覚えておき  
ましょう。

- 急な暑さには、注意しましょう。
- 暑いときに長時間の作業やスポーツは避けましょう。
- 運動等で失った水分と塩分を取り戻しましょう。
- 疲労、発熱、風邪等体調の悪い時には、無理な運動をしないようにしましょう。

### 熱中症の主な症状

#### ●軽い熱中症

腹痛、手足や腹筋などの痙攣、数秒間程度の失神、脈拍が速くなり呼吸数の増加、顔色が悪くなる、めまいなど

#### ●中度の熱中症

頭痛、めまい、失神、吐き気・嘔吐、血压の低下など

#### ●重度の熱中症

意識障害、過呼吸、ショック症状、全身の臓器の障害が生じ死に至ることも

問 会津坂下消防署柳津出張所 TEL 42-2150

### 熱中症の応急処置

- ・涼しい場所（木陰など）に運び、衣類をゆるめて寝かせ水分を補給しましょう。
- ・吐き気や嘔吐などで水分補給ができない場合、医療機関で点滴を受ける必要があります。
- ・水や濡れタオルを当てて扇ぐ方法、首やわきの下、足の付け根などの太い血管のある部分にアイスパックをあてる方法が効果的です。



## 夏だ！太陽 SUN SUN 3億円 市町村振興宝くじ「サマージャンボ宝くじ」

市町村振興の宝くじである「サマージャンボ宝くじ」の収益金は、市町村の行う公共施設整備事業等への貸付をはじめ、各種刊行物の発刊等様々な事業を行っています。

#### サマージャンボ宝くじ発売概要

○発売予定額 1,170億円  
(39ユニット)

○発売期間 平成21年7月13日(月)  
～31日(金)

○抽せん日 平成21年8月11日(火)

問 福島県市町村振興協会  
TEL 024-522-6682

#### ○当せん金 (発売予定39ユニットの場合)

等級	当せん金	本数
1等	2億円	39本
1等の前後賞	5,000万円	78本
1等の組違い賞	10万円	3,861本
2等	1億円	39本
3等	1,000万円	390本
4等	10万円	39,000本
5等	1万円	390,000本
6等	1,000円	3,900,000本
7等	300円	39,000,000本
夏祭り賞	100万円	11,700本



## 平成21年度夏期巡回 ラジオ体操・みんなの体操会

うとちゃんと一緒に みんなで ラジオ体操をしよう♪  
さあ♪ おいっちはい！ さんさい！ 気持ちよし!!♪



開催月日 8月13日(木) 午前6:00～

会 場 柳津小学校グラウンド

[雨天時：柳津小学校体育館 室内履きをお持ちください]

参加対象 町内外を問わず誰でも参加できます

放 送 NHKラジオ第1放送により、ラジオ体操第1・第2を会場から全国に放送予定(午前6時30分～40分)。NHK国際放送を通じて、海外へも放送予定。

ラジオ体操は、毎朝6時30分からNHKラジオ第1などで放送されています。夏休み期間中の青少年の健康づくりに役立てるため昭和28年から実施しているのが「夏期巡回ラジオ体操会」です。毎年、全国43会場で実施しています。

平成12年度からは、「みんなの体操」の普及を図るために、体操会の名称を「夏期巡回ラジオ体操・みんなの体操会」とし、ラジオ体操と併せてみんなの体操を参加者のみなさまに実施していただいている。なお、今年はみんなの体操が制定されて10周年を迎えます。

問 地域振興課観光商工班 TEL 42-2114

## 119番 あなたの通報が道標です。

消防車・救急車をいち早く出動させるためには正確な住所が必要です。

### 通報要領

- ☆ あわてず ゆっくり
- ☆ 指令センター員の問い合わせのみに答える
- ☆ 正しい住所・世帯主を告げる

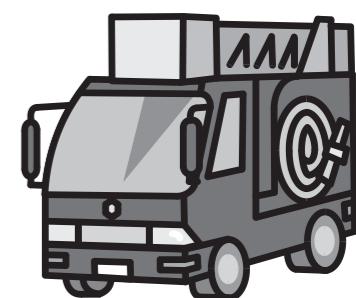
(例 ○○町大字○○字○○119番 会津太郎です)

119番(固定電話・携帯電話・IP電話)の通報は、会津若松市をはじめ広域10市町村全てが会津若松市古川町にある消防本部指令センターで受付しています。

万一の場合、「1秒でも早く」と願うのが人情です。そのため、指令センターではあらゆる情報をコンピューターにて管理し、いち早く出動できる体制を整えていますが、より迅速に出動できるかは、通報者の通報要領にかかっていると言っても過言ではありません。

### 指令センターでは火事・救急の別、場所・状況についてお聞きします

1. オペレーターは、通報者に消防車や救急車を何処へ向わせればいいのか、住所や電話番号をお聞きしながらコンピューターを操作し、出動場所を確定して管轄署所に出動指令を出します。
2. 上記でも出動場所が確定できない場合は、集落名や目標物などをお聞きしながら特定していくますが、出動までに時間を要し、初動体制が遅れ、結果、最悪な事態になりかねません。



※いざという場合に備え、家族で話し合い、正しい住所・氏名・電話番号をすぐ言えるように電話の脇に覚書きメモを用意して下さい。

※また、火災発生時の問合せは119番に掛けずに 0242-25-1133へお願いします。

問 会津若松地方広域市町村圏整備組合 消防本部指令センター TEL 0242-26-0119





## はみがきで虫歯キンをやっつけろ！ はみがき教室

6月5日に柳津保育所、9日に西山保育所で町保健師による「はみがき教室」が行われました。歯の染め出しではピンクになった歯を見て、「歯がピンクになったー」と大騒ぎ。カバさんの人形と一緒に、みんなで丁寧にはみがきをしました。みがき終わると「歯が白くなった」と得意げにお口の中を見せてくれました。いつまでも、きれいで健康な歯でいたいですね。



## 祈りの響き 和のコンサート 丑寅まつり記念演奏会

6月13日福満虚空蔵尊圓蔵寺菊光堂で行われた丑寅まつり記念演奏会。ブルース・ヒューバナー氏の尺八とカーティス・パターソン氏の箏（こと）、そして喜多方市出身の唐橋 郁さんのボーカルにより全11曲が演奏されました。菊光堂内に集った約210名の観衆は、"和"の音楽の魅力と、普段と違った菊光堂内の雰囲気に酔い痴れました。

## 火事だ！にげろ！！ 保育所避難訓練

5月27日柳津保育所、28日西山保育所において避難訓練が行われました。柳津保育所では訓練後に消防車や救急車を見学し、子どもたちは興味津々の様子でした。また西山保育所では、水を入れた消火器を使って消火体験を行いました。万一に備え、日頃からの訓練は大切なこと。子どもたちを見習い、みなさんのご家庭でも避難経路の確認など、いざという時に備えてください。



## みんなで踊って スポーツ民踊 施設慰問

6月4、5、8、9日の4日間、スポーツ民踊クラブによる高齢者生活福祉センターのぞみへの慰問が行われました。スポーツ民踊クラブは踊りを通じて入所している皆さんに少しでも楽しんでもらおうと毎年、のぞみや特別養護老人ホーム福柳苑を定期訪問しています。スポーツ民踊クラブの踊りに入所者も自然と体が動き、一緒に踊って楽しんでいるようでした。

## みんなの健康②

6月に特定健診が終わりましたが、体重や腹囲は増えていませんでしたか？「体重や腹囲が増えていたみたい」「肥満を解消したい」という、あなた。もう一度、生活チェックをしてみましょう。今までの生活習慣を見直して、今日から脱メタボ生活を始めてみませんか？

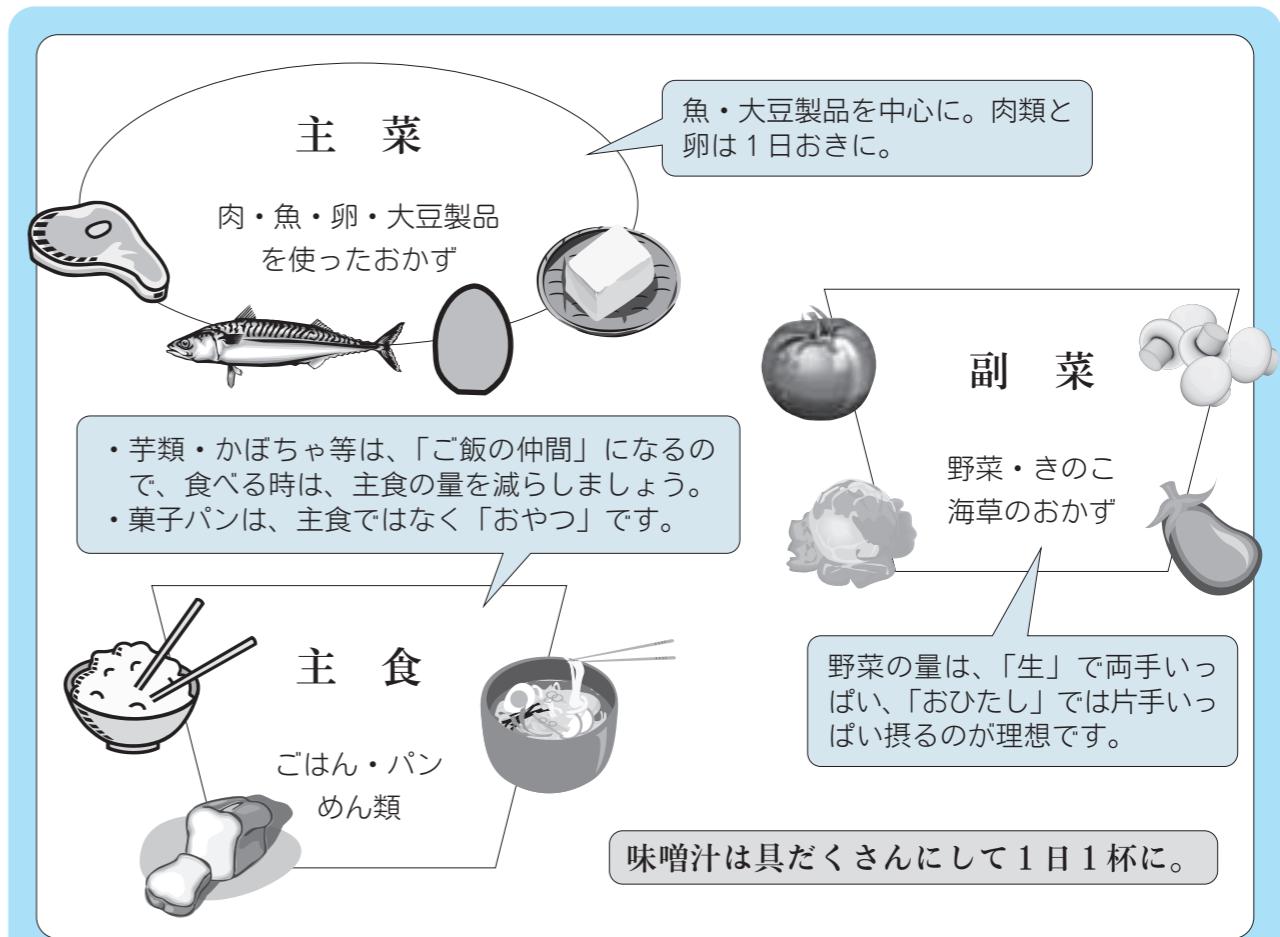
### ＜生活チェックをしてみましょう＞



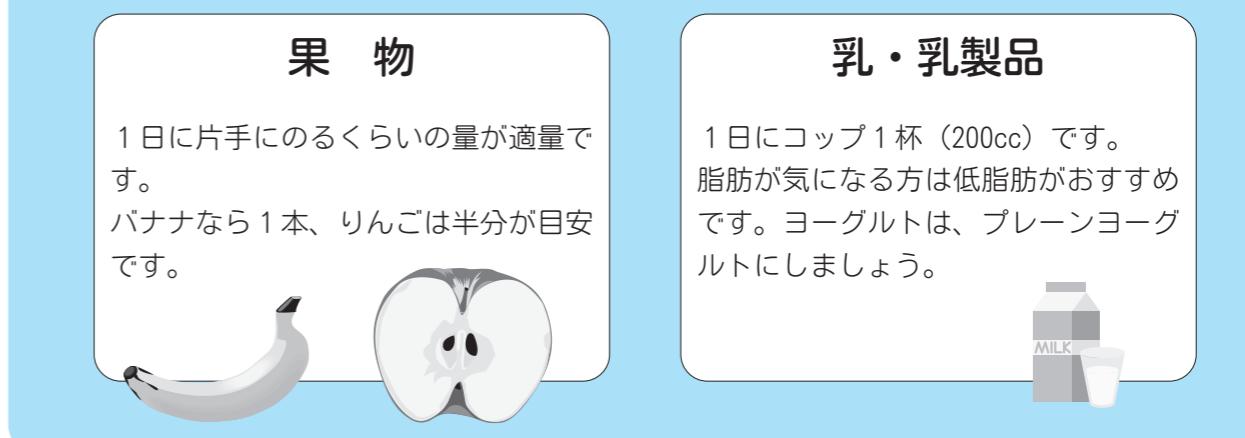
あなたはいくつ当てはまりましたか？ あてはまった項目が多いほどメタボリック症候群に近づいていますよ。

そこで、日頃の食事を見直して見ましょう。健康な体を維持するにはバランスの取れた食事が大切です。バランスの良い食事とは3度の食事すべてに、主食・主菜・副菜がそろっている食事をいいます。

## バランスの取れた食事とは？



果物、乳・乳製品は1日1回食べましょう。



どうですか？あなたの食事はバランスのよい食事になっていましたか？さっそく、今日から「バランス食」をはじめてみませんか。来月も、『脱メタボ』をするためのポイントをお知らせします。

# 情報 Information プラザ



## 資産公開

「政治倫理の確立のための柳津町長の資産等の公開に関する条例」に基づき、町長の平成20年所得等を6月30日（火）より公開いたします。

なお、所得額の他に資産（土地、建物、預金等）についても閲覧ができます。

・閲覧時間 午前8時30分～午後5時30分

問 総務課総務班

☎ 42-12112

## 人 事

6月11日、去る3月31日に亡くなつた故鈴木明さんへの旭日単光章伝達式が町役場で行われ、妻規子さんと子卓さんへ森合正典県会津地方振興局長から勲記と勲章が手渡されました。

が保護司に任命されました。

・場所 役場総務課（2階）  
問 総務課総務班  
☎ 42-12118

## 叙 勳

6月11日、去る3月31日に亡くなつた故鈴木明さんへの旭日単光章伝達式が町役場で行われ、妻規子さんと子卓さんへ森合正典県会津地方振興局長から勲記と勲章が手渡されました。

・斎藤清 晩年の傑作選  
「ふるさと回帰と新たな挑戦」  
昭和57年4月2日から平成4年4月1日までに生まれた者。身体強健な者とする。  
急救救命士については、昭和57年3月31日で柳津町選挙管理委員会委員長を退任された天野昭夫さん（久保田）へ、福島県市町村選挙管理委員会連合会感謝状が町長より伝達されました。天野さんは、平成13年より2期8年間町選挙管理委員を務め、1期委員長として選挙の公正執行の為に尽力されました。



## 表 彰



## 宮下病院だより

**♪七夕コンサートのお知らせ♪**

新型インフルエンザの世界的流行、100年に一度という未曾有の経済危機、どちらを向いても不景気なニュースばかりの昨今です。しかし、ふっと夜空を見上げれば、きらきらと宝石をちりばめたような星を見ることができます。そろそろ七夕の季節。1千年の時を越えた今でも、彦星と織姫は1年に一回の逢瀬を楽しむのでしょうか？

今年も七夕の7月7日（火）にフルートによるコンサートを開催いたします。ひと時、皆様を幻想的な世界へいざないます。どうぞ誘い合わせの上お越し下さい。

### 演奏時間

- 9:30～9:45 外来受付前
- 10:15～10:30 外来受付前
- 11:00～11:30 病棟階段踊場
- 14:00～14:30 外来受付前

演奏者：フルート奏者 岩沢 麻実さん



なお、新しい選挙管理委員は次のとおりです。

委員長 田崎 文男  
委員長職務代理者 天野 昭好  
委員 長谷川 義一  
委員 鈴木 重正

## 消 防 職 員 募 集

組合では来年採用予定の消防職員・消防職員（救急救命士）を募集します。

・消防職員 15名程度

・消防職員（救急救命士） 若干名

・受験資格

昭和57年4月2日から平成4年4月1日までに生まれた者。身体強健な者とする。

## ス ポ ッ ツ の 結 果

第44回柳津町職場親善ソフトボール大会  
（総務グループ直通）  
問 会津若松地方広域市町村圏整備組合消防本部総務グループ  
☎ 0242-59-1400

とき 9月20日（日）  
ところ 会津若松市立第一中学校  
内 容 教養試験

第1次試験

月14日（金）まで（土、日及び祝日は除く）

と き 9月20日（日）  
ところ 会津若松市立第一中学校  
内 容 教養試験

柳津町民壮年ソフトボール大会  
6月15日（日）、14日（月）

運動公園グラウンド  
全25名参加

第3位 山内 昇  
優勝 鈴木 東作

準優勝 伊藤 純

ドラコン賞 阿部 正行、金子 陽亮

ベストグロス賞 鈴木 東作

ニアピン賞 齋藤 政幸、伊藤 正志

阿部 正行、金子 陽亮

鈴木 晴美、小林 謙、齋藤 聰、

野老沢 齋藤 政幸、伊藤 正志

細越 齋藤 政幸、伊藤 正志

第3位 安久津 齋藤 政幸、伊藤 正志

優勝 野老沢 齊藤 政幸、伊藤 正志

準優勝 細越 齋藤 政幸、伊藤 正志

第3位 安久津 齋藤 政幸、伊藤 正志

優勝 野老沢 齊藤 政幸、伊藤 正志

準優勝 細越 齊藤 政幸、伊藤 正志

第3位 安久津 齋藤 政幸、伊藤 正志

優勝 野老沢 齊藤 政幸、伊藤 正志

準優勝 細越 齊藤 政幸、伊藤 正志

第3位 安久津 齋藤 政幸、伊藤 正志

優勝 野老沢 齊藤 政幸、伊藤 正志

準優勝 細越 齊藤 政幸、伊藤 正志

第3位 安久津 齋藤 政幸、伊藤 正志

優勝 野老沢 齊藤 政幸、伊藤 正志

準優勝 細越 齊藤 政幸、伊藤 正志

第3位 安久津 齋藤 政幸、伊藤 正志

優勝 野老沢 齊藤 政幸、伊藤 正志

準優勝 細越 齊藤 政幸、伊藤 正志

第3位 安久津 齋藤 政幸、伊藤 正志

優勝 野老沢 齊藤 政幸、伊藤 正志

準優勝 細越 齊藤 政幸、伊藤 正志

第3位 安久津 齋藤 政幸、伊藤 正志

優勝 野老沢 齊藤 政幸、伊藤 正志

準優勝 細越 齊藤 政幸、伊藤 正志

第3位 安久津 齋藤 政幸、伊藤 正志

優勝 野老沢 齊藤 政幸、伊藤 正志

準優勝 細越 齊藤 政幸、伊藤 正志

第3位 安久津 齋藤 政幸、伊藤 正志

優勝 野老沢 齊藤 政幸、伊藤 正志

準優勝 細越 齊藤 政幸、伊藤 正志

第3位 安久津 齋藤 政幸、伊藤 正志

優勝 野老沢 齊藤 政幸、伊藤 正志

準優勝 細越 齊藤 政幸、伊藤 正志

第3位 安久津 齋藤 政幸、伊藤 正志

優勝 野老沢 齊藤 政幸、伊藤 正志

準優勝 細越 齊藤 政幸、伊藤 正志

第3位 安久津 齋藤 政幸、伊藤 正志

優勝 野老沢 齊藤 政幸、伊藤 正志

準優勝 細越 齊藤 政幸、伊藤 正志

第3位 安久津 齋藤 政幸、伊藤 正志

優勝 野老沢 齊藤 政幸、伊藤 正志

準優勝 細越 齊藤 政幸、伊藤 正志

第3位 安久津 齋藤 政幸、伊藤 正志

優勝 野老沢 齊藤 政幸、伊藤 正志

準優勝 細越 齊藤 政幸、伊藤 正志

第3位 安久津 齋藤 政幸、伊藤 正志

優勝 野老沢 齊藤 政幸、伊藤 正志

準優勝 細越 齊藤 政幸、伊藤 正志

第3位 安久津 齋藤 政幸、伊藤 正志

優勝 野老沢 齊藤 政幸、伊藤 正志

準優勝 細越 齊藤 政幸、伊藤 正志

第3位 安久津 齋藤 政幸、伊藤 正志

優勝 野老沢 齊藤 政幸、伊藤 正志

準優勝 細越 齊藤 政幸、伊藤 正志

第3位 安久津 齋藤 政幸、伊藤 正志

優勝 野老沢 齊藤 政幸、伊藤 正志

準優勝 細越 齊藤 政幸、伊藤 正志

第3位 安久津 齋藤 政幸、伊藤 正志

優勝 野老沢 齊藤 政幸、伊藤 正志

準優勝 細越 齊藤 政幸、伊藤 正志

第3位 安久津 齋藤 政幸、伊藤 正志

優勝 野老沢 齊藤 政幸、伊藤 正志

準優勝 細越 齊藤 政幸、伊藤 正志

年4月2日以降に生まれた者で、救急救命士法による救急救命士の免許の交付を受けていること。

各消防署、役場総務課で交付します。なお、消防本部 (<http://www.119-saku.jp>) のホームページから受験案内・試験申込書をダウンロードすることができます。

また、郵送も可能ですのでお問い合わせください。

ます。なほ、消防本部 (<http://www.119-saku.jp>) のホームページから受験案内・試験申込書をダウ

ードすることができます。



# いきいき くらぶ

柳津町で活動しているスポーツ・文化のクラブや団体を紹介するこのコーナー。今月は？



## 会津柳津福満太鼓 若獅子会

会津柳津福満太鼓 若獅子会は、各地区の村太鼓をお借りしながら太鼓研究会を立ち上げたことをきっかけとして、会津鶴ヶ城太鼓 若駒会の援助を受け、平成7年ふくしま国体の歓迎式典より活動を続けています。

太鼓は音楽であり、フィジカルなスポーツでもあり、パフォーマンスでもあります。和太鼓は人を興奮させ、元気づける楽器でありながら、どこか懐かしく心が落ち着く「癒し」も与えるものです。

毎週水曜日の19:00から、海洋センター武道館で活動しています。現在、会員を大募集中です。あなたも和太鼓の魅力を感じてみませんか？