

いっせい防災行動訓練

9月1日(金) 11時

に、全町一斉で「初動対応訓練」を実施します。11時の防災行政無線での放送を合図に、1分間の安全確保行動をしてください。

※町役場と保育園・教育総合センターでは、庁内放送も実施します



問合せ 防災安全課
☎内線396

個別訓練も実施しよう!

- ・家具や棚、ロッカーなどの転倒防止対策をする
- ・非常食と飲料水3日分(できれば1週間分)を準備
- ・近くの避難所までの経路や危険箇所を確認
- ・地震が発生したときの連絡体制を確認



保険料通知の訂正

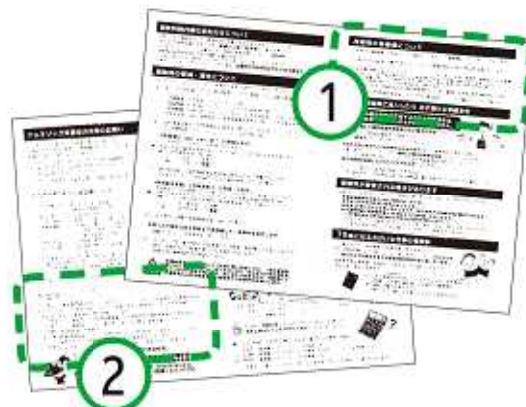
葉山町国民健康保険加入者の皆さんへ、6月中旬に「平成29年度国民健康保険料納入通知書」をお送りしています。その中に同封した「葉山町国民健康保険料のお知らせ」の記載に誤りがありました。お詫びして訂正します。※保険料の金額に訂正はありません

訂正後のお知らせは、町HPからダウンロードできます。

①所得割の基礎額について
基礎控除以外の所得控除額が「総所得金額等―基礎控除」を上回る場合、基礎額は「総所得金額等―基礎控除―所得金額等―基礎控除―【総所得金額等―基礎控除】×20%」となります。また、総所得金額等が33万円以下の場合、基礎額は0円となります。

②激変緩和措置について

(ただし、基礎控除以外の所得控除額がBを上回る場合、総所得金額等―基礎控除―【総所得金額等―基礎控除】×一定割合)となります。また、総所得金額等が33万円以下の場合、基礎額は0円となります。



問合せ 町民健康課

☎内線2111・2115

EMS3か月体験



テレビを見ながら・寝転びながら 自宅で筋力アップをしませんか？

㈱MTGと㈱グローバルヘルスの協力を得て、EMS（両太ももにパッドを貼りつけ、片足23分間、微量の電気刺激を送り、筋力アップをする器具）を3か月間無料で貸し出します。申込みの上、説明会にご参加ください。

●説明会

・太もも筋肉を超音波画像測定日時 9月14日(木)

①13時～14時30分・30名

②15時～16時30分・30名

場所 福祉文化会館大会議室
服装 こちらで短パンを用意

【対象者】

①在宅で生活している要支援・要介護認定者

②次の項目に2つ以上該当する町在住の65歳以上

※12月14日(木)の機器返却、

測定に参加できる人に限る

※第1回の無料貸出者を除く

【チェック項目】

□片足立ちで靴下が履けない

□家の中でつまずく

□階段を上る時手すりが必要

□掃除機の使用や布団の上げ

下ろしなどの家事が困難

□牛乳パック2個程度の買物

品を持ち帰るのが困難

□15分間続けて歩けない

□横断歩道を青信号で渡りきれない

れない

申込み期間

8月7日(月)～18日(金)

申込み・問合せ 福祉課まで

参加希望時間(①か②)をお知らせください

☎内線2322～2334

※家庭用運動器具のため、自己責任での実施です

※ペースメーカーや人工心肺

などとの併用、心疾患のある人は使用できません

※第1回の無料貸出者を除く

貯筋運動 団体募集

広報葉山4月号の特集記事でもお知らせした「貯筋運動」は、地域の皆さんが楽しみながら介護予防に取り組む運動です。現在、町内の6団体が取り組み、参加者からも好評をいただいています。

そこで今回、専門指導員の派遣による運動の指導、CDやDVDの貸出などを行うグループを3団体募集します。

条件・対象

①10人以上のグループ

②参加者の半数が65歳以上

③原則、週1回以上の実施

④運動できる会場の準備

⑤映像またはCDが再生できる機器の用意

※1か月は試行で、その後1年以上は自主的な継続が必要

要です

※1か月は試行で、その後1年以上は自主的な継続が必要

要です

要です

支援内容

①専門指導員による正しい運動のやり方解説

②半年に一度の筋肉測定

(超音波画像による)

③年1回のフォローアップ

申込み・問合せ

福祉課の介護高齢係までご連絡ください

☎内線2322

☎内線2332

締切 8月25日(金)

