

「広げよう」

地域に根ざした「思いやり」

5月12日は、民生委員・児童委員の日です

活動強化週間 5月12日(日)～18日(土)



【行動宣言】

- ・安心して住み続けることができる地域社会づくりに貢献します。
- ・地域社会での孤立・孤独をなくす運動を提案し行動します。
- ・児童虐待や犯罪被害などから子どもを守る取り組みを進めます。
- ・多くの福祉課題を抱える生活困難家庭に粘り強く接し、地域社会とのつなぎ役を務めます。
- ・日頃の活動を活かし、災害時に要援護者の安全確認を行います。

●民生委員・児童委員とは

民生委員・児童委員は、民生委員法および児童福祉法に設置が定められ、町の民生委員推薦会で選定された方を厚生労働大臣が委嘱しています。

任期は3年間で、本町では56名の民生委員・児童委員が委嘱されており、うち3名が主任児童委員として指名されています。

●民生委員・児童委員の仕事

民生委員・児童委員は、地域の皆さんの相談相手です。子育てに関すること、高齢者の介護に関すること、健康・医療に関することなど、生活の中で気になっていることがありましたら、お気軽に近くの民生委員・児童委員にご相談ください。

地域の皆さんの心配ごとを解決するために、専門機関や福祉サービスなどを紹介します。また、皆さんと行政とのパイプ役や調整役を務めます。

民生委員・児童委員には、守秘義務があります。地域の皆さんから受けた相談内容の秘密を守ります。個人情報やプライバシーの保護に配慮した支援活動を行います。

お住まいの地域を担当している民生委員・児童委員が分からない場合は町福祉課まで問い合わせください。

●主任児童委員の仕事

民生委員・児童委員の中に、児童福祉に関する問題を専門的に担当する主任児童委員がいます。

主任児童委員は次の業務を通じて、区域担当児童委員の活動に協力しています。

- ・児童福祉関係機関、施設等との連絡
- ・区域担当児童委員への救助活動
- ・要援護児童・家庭への援助

▼問い合わせ先

福祉課 福祉人権係

☎ 56 9128



退職者医療制度のお知らせ

会社などを退職して国民健康保険に加入した方のうち、年金(厚生年金など)を受けられる方、又は、現に受けている65歳未満の方とその被扶養者が対象となる制度です。

退職者医療制度では、医療費の一部が現役時に加入していた社会保険からの拠出金で賄われます。これにより間接的にみなさんの国保税の負担軽減となりますので、対象となる方は必ず届け出をお願いします。

○対象となる方

▽退職被保険者

次の条件すべてにあてはまる方が「退職被保険者(退職者本人)」です

- ① 65歳未満で国保に加入している方
- ② 厚生年金や各種共済年金などから年金を受けられる方で、その加入期間が20年以上(または40歳以降に10年以上)ある方

運動・栄養教室のお知らせ

町では、運動の苦手な方、料理の苦手な方でも気軽に参加できる運動と栄養の教室を開催します。みんなと楽しく健康づくりをしてみませんか？ぜひご参加ください。

1.うき浮き水中運動教室

対象	町内にお住まいの40歳～69歳の方 (初めて参加する方のみ)
定員	先着25名
日時	9月5日～11月21日(毎週木曜日) 午後1時～3時 ※申込みは、8月29日まで
費用	無料
内容	水中ウォーキング、ストレッチ、筋トレ等

2.かんたんフィットネス教室

対象	町内にお住まいの40歳～69歳の方
定員	先着30名
日時	①夜コース 7月30日～10月22日(毎週火曜日) 午後7時～9時 ②昼コース 12月4日～3月5日(毎週水曜日) 午後1時30分～3時30分 ※申込みは、各コース初回の1週間前まで
費用	初回のみ500円(セラバンド代)
内容	運動の理論についての講話、ストレッチ、筋トレ、ウォーキングの実践など

3.元気アップ栄養教室

対象	町内にお住まいの栄養に興味がある方
定員	各コース先着30名
日時	①平成25年 6月28日(金) 「血液サラサラコース」 ②平成25年 9月19日(木) 「夏の疲れを癒やすコース」 ③平成25年10月29日(火) 「スーパーお惣菜活用コース」 ④平成25年11月21日(木) 「若返りコース」 ⑤平成25年12月20日(金) 「ヘルシークリスマスコース」 ⑥平成26年 1月28日(火) 「骨元気!カルシウムアップコース」 ※お好きなコースをお選びください。複数コースの参加も可。 ※申込みは、各教室実施日の10日前まで
時間	午前9時30分～午後1時30分
費用	500円(1コースにつき)
内容	上三川町食生活改善推進員による調理実習、会食、 保健師・管理栄養士による生活習慣病予防のためのミニ講話

各教室とも場所は、上三川いきいきプラザです。医療機関に通院している方は、あらかじめ主治医に了解をとった上でお申し込みください。

▼申し込み・問い合わせ先

健康課 成人健康係

☎(56) 91333

▽退職被扶養者

次の条件すべてにあてはまる方が「退職被扶養者」です

①65歳未満で国保に加入している方

②退職被保険者の直系尊属、配偶者及び3親等以内の同居親族、または配偶者の父母と子

③年間の収入が130万円(60歳以上の方や障がい者は180万円)未満の方

○加入手続き

年金の受給権が発生した日から退職被保険者の資格を得ます。年金証書を受け取ったら14日以内に次のものを持って手続きをしてください。

- ・年金証書
- ・国保の保険証
- ・印かん

※医療費の自己負担割合は一般の国保の方と同様です。

▼問い合わせ先

保険課 国保係

☎(56) 91344