

『きくよう健康倶楽部』通信 [No.31]

期間内にゴールしてポイントをもらおう
屋久島を歩くウォーキングラリー開催

- ◆開催期間 4月20日(木)～5月14日(日) ◆歩数データ送信期限 5月24日(水)
- ◆ポイント付与条件 期間内にゴールできた人全員に100ポイント付与
- ◆ポイント付与日 6月1日(木)
- ◆参加方法 「きくよう健康倶楽部」に参加し、期間中に歩数データを送信してください。
- ◆総距離 112.00km ◆総歩数 160,000歩
- ◆目標歩数(1日平均) 6,400歩
- ◆歩数データの送信

健康・保険課 保健予防係 ☎(232)4912

WEB上の
仮想コースを巡る
歩数イベントです!



データ集計は、毎日午前6時に集計します。その後、会員ページのチェックポイント、ランキング、距離などの情報を更新します。

データは過去10日間の歩数を集計対象としているため、歩数データ送信期限の5月24日までは順位が変動します。

活動量計の歩数データは町内のデータ送信拠点、もしくはローソン・ミニストップの店頭端末「Loppi」で送信してください。

きちんと集計できないことがあるため、「ヘルスプラネット」アプリでは活動量計のデータ送信を行わないでください。

イベント期間中は **週に1度、データ送信** をしましょう

体組成測定会を行います

きくよう健康倶楽部事業の一環として、毎月1回測定結果の印刷とスタッフによる結果説明を無料で行っています。

- ◆日時 4月27日(木) 午前10時～正午
- ◆場所 光の森町民センター「キャロピア」

NPO法人 クラブきくよう ☎(273)8488

- ◆内容 体組成計の測定(1分程度で測定)、測定結果の印刷、スタッフの結果説明
- ◆対象者 きくよう健康倶楽部の会員(当日申込者も可)
- ◆持参物 活動量計をご持参ください。

令和5年度 開設する外国人相談窓口の相談員を募集します

職種	勤務日・任用期間(予定)	賃金・勤務日数	応募条件	勤務内容	雇用条件
外国人相談員	5月(開設日より)～令和6年3月31日(日)	23,000円/日 (火)の 午前8時30分～ 午後5時15分 (7時間45分/日) 週2回	英語と中国語の 通訳および翻訳 ができ、地方公 務員法第16条 に該当しない者	通訳・翻訳、 相談窓口業務	通勤手当なし 社会保険なし 厚生年金なし (委託契約に基 づく雇用とな るため)
会計年度職員 (任期の定めが ある非常勤の地 方公務員です)	5月(開設日より)～ 令和6年3月31日(日)	897円～/時 (月)火(金)の 午前8時30分～ 午後5時15分 (7時間45分/日) 週3回	地方公務員法第 16条に該当し ない者	事務補助・ 相談窓口業務	通勤手当あり 社会保険なし 厚生年金なし 一定の要件を 満たした場合 期末手当が支 給されます

- ◆応募方法 応募用紙(町のホームページまたは町民課、西部支所で配付)に記入、写真を添付し、資格をお持ちの場合は資格の書類を証明する書類の写しを添付して町民課まで提出してください。
- ◆応募期間 4月10日(月)～21日(金)まで。受付時間は平日の午前8時30分～午後5時15分(土)日(祝)を除く)
- ◆選考 面接試験を行います。
- ◆合否発表 5月上旬までに文書により通知します。※応募用紙に虚偽の内容が記載されている場合は、合格を取り消します。
- ☎町民課 町民係 ☎(232)4914

募金で地下水保全に
貢献しよう

環境生活課 環境係 ☎(232)2114

(公財)くまもと地下水財団では、地域の宝である地下水を守るため、さまざまな活動を行っています。その財源を広く募るために、役場に募金箱を設置しています。皆さんの協力により県内で58,391円の募金をお寄せいただきました。いただいた募金は、森の保全や冬場の水田への水張りなど地下水保全事業に活用しています。

かけがえのない熊本の地下水を未来に残すため、引き続き皆さんのご支援をお願いします。

- ◆設置場所 役場本庁舎 1階 総合案内横

(公財)くまもと地下水財団 ☎(227)6678
ホームページ
<https://kumamotogwf.or.jp>



PR大使からのお知らせ
災害の前に確認を

危機管理防災課 防災安全係 ☎(232)2110

町PR大使 ロアッソ熊本の佐藤優也選手と黒木晃平選手が防災マップと安心メールを動画で紹介しています。

災害はいつ起こるか分かりませんので、この機会に改めて防災に取り組みましょう。



COCOAR(ココアル)というアプリを使用したAR機能を組み込んであります。右記QRコードから「COCOAR(ココアル)」アプリをダウンロードしてください。写真を読み込むと、動画が流れます。

ふたつの防災



あなたは大丈夫?

口の健康チェックしてみませんか

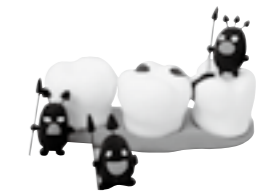
健康・保険課 ☎(232)4912

見落としがちな口の健康チェック。皆さんが少しでも簡単に健診を受けられるように、費用を助成します。対象の人は検診に行ってみませんか。

歯周疾患検診

町では、毎年節目の年齢(40歳・50歳・60歳・70歳)の人を対象に、町内の委託歯科医療機関での「歯周疾患検診」を実施しています。「しばらく歯科医に行っていない」「かかりつけ歯科医がない」と思っている人はこの機会にぜひ受診してください。

- ◆期間 4月中旬～12月末
- ◆対象者 令和5年度に
40歳(昭和58年4月2日～昭和59年4月1日生)
50歳(昭和48年4月2日～昭和49年4月1日生)
60歳(昭和38年4月2日～昭和39年4月1日生)
70歳(昭和28年4月2日～昭和29年4月1日生)
※対象者には、4月中旬に個別通知します。
- ◆場所 委託医療機関(要予約)
- ◆料金 700円(町負担額2,966円)
- ◆内容 歯と歯周の検診、検診結果の説明、歯科保健指導 ※歯石の除去やむし歯、歯肉炎等の治療は保険診療となり別途料金がかかります。ご了承ください。



歯科口腔健診

口の中の健康を保っておかないと、口腔機能が低下するだけでなく、歯周病や動脈硬化などの全身的な病気にかかりやすくなり、要介護状態まで進んでしまう恐れがあります。この機会にお口の健康チェックをして、病気予防に努めましょう。

- ◆期間 5月～令和6年2月末
- ◆対象者 後期高齢者医療制度加入者
- ◆場所 町内の委託医療機関(要予約)
- ◆内容 歯と歯周の健診
- ◆申込方法
①5月～6月に健診を受けたい人
健康・保険課に電話で申し込んでください。後日受診券をお送りします。
②7月以降に健診を受けたい人
保険証を送付する際に対象者全員に受診券を送付します。
- ◆費用 400円
※介護施設などの入所者は受けられません。