

## 食生活改善推進員 養成教室の受講生募集

食生活を中心とした生活習慣の改善を通して、市民の健康づくりを応援する『食生活改善推進員』は、市内各地で生活習慣病の予防や親子の食育などの活動を行っています。今後とも活動の場を広げるため、新たな食生活改善推進員の養成を行います。

自分・家族・地域の健康づくりのため、ぜひご参加ください。

- ▼対象 II 市内在住の18歳以上の人で、すべての日程に参加でき、同教室修了後に推進員として活動できる人。
- ▼内容 II 自分の食生活や体の状態について知り、改善方法を発見するとともに、地域の健康についても考えます。
- ▼日程・場所 II ①5月から平成25年2月までの毎月第2金曜日：天草中央保健福祉センター（亀場町）②5月から平成25年2月までの毎月第3水曜日：五和コミュニティセンター③5月から

平成25年2月までの毎月第4水曜日：天草西保健福祉センター（河浦町）。

- ※いずれかのコースを選択してください。なお、日程は変更になる場合があります。
- ▼定員 II 各20人（いずれも先着順）。
- ▼受講料 II 年額300円（調理実習材料代の一部）。
- ▼申込方法 II 5月9日④までに、電話で天草中央保健福祉センター ☎②3737へお申し込みください。
- ※詳細も同センターへお尋ねください。

## 福祉基金を

ご利用ください

市では、「天草市福祉基金」の一部を活用して、民間団体や企業、住民組織が創意と工夫を凝らして行う自主的な福祉活動に対して助成を行っています。

ただし、次の事業は除きます。①個人に金品を支給する事業②国または県、市の補助事業③地方公共団体が事業の実施主体として行う事業④営利を目的とする事業。

- ▼助成金額 II 助成対象経費の2分の1以内の額（1、000円未満は切り捨て）で、1件につき年額50万円を限度とします。
- ▼申込方法 II 本庁・社会福祉課に備え付けの申請書に必要事項を記入し、7月2日⑤までに同課へ提出してください。
- ※詳細は本庁・社会福祉課（内線1406）へお尋ねください。

## 75歳以上の人の 自宅訪問を行います

介護保険の現状として、75歳以上の要介護・要支援認定者が増えています。また、40歳から74歳の中・重度（要介護2～5）の新規認定者の原因は脳血管疾患が40%を占め、治療状況を見ると高血圧の治療中断者が70%でした。

この現状を踏まえ、4月中旬から、脳血管疾患の発生・再発を防ぎ、自立した生活を送ることを目的として訪問事業を実施します。

75歳以上で高血圧の治療を中断している人や、健診を受

診後高血圧の治療が必要な人の中から、無作為ではありませんが、電話でご都合のよい日をお聞きしたうえで、市の看護職員が訪問しますので、皆さんのご協力をお願いします。

※詳細は本庁・高齢者支援課（内線1197）へお尋ねください。

## 収納代理金融機関の 指定を取り消します

長崎銀行天草支店が5月25日⑧をもって閉鎖されることに伴い、市の収納代理金融機関の指定を同26日⑤で取り消します。

このため、市税などの口座振替はできなくなります。また、市の公金を長崎銀行の窓口で払い込む場合は、手数料がかかりますのでご注意ください。

※詳細は本庁・会計課（内線1121）へお尋ねください。



## 5月 健康ぞよみ

### ■3・4カ月児健診(BCG予防接種を含む)

- ▶対象 = 平成24年1月生まれ
- ▶持参品 = 問診票・母子健康手帳・バスタオル（BCGを接種するときは予診票も持参）

日	対象地区	場所	受付時間
15④	本渡(志柿・瀬戸・下浦町を除く)、新和、五和、天草	天草中央保健福祉センター	12:30~12:45
16⑥	本渡(志柿・瀬戸・下浦町)、有明、御所浦、倉岳、栖本	天草東保健福祉センター	12:45~13:00
17⑦	牛深、河浦	牛深支所	13:00~13:15
29④	本渡(志柿・瀬戸・下浦町を除く)、新和、五和、天草	天草中央保健福祉センター	12:30~12:45

### ■7・8カ月児健診

- ▶対象 = 平成23年9月生まれ
- ▶持参品 = 問診票・母子健康手帳・バスタオル

日	対象地区	場所	受付時間
10⑥	本渡(志柿・瀬戸・下浦町を除く)、新和、五和、天草	天草中央保健福祉センター	12:45~13:15
16⑥	本渡(志柿・瀬戸・下浦町)、有明、御所浦、倉岳、栖本	天草東保健福祉センター	13:00~13:15
17⑦	牛深、河浦	牛深支所	13:15~13:30

### ■1歳6カ月児健診

- ▶対象 = 平成22年10月生まれ
- ▶持参品 = 問診票・母子健康手帳・バスタオル

日	対象地区	場所	受付時間
8④	本渡(志柿・瀬戸・下浦町を除く)、新和、五和、天草(高浜・大江を除く)	天草中央保健福祉センター	12:45~13:15
23⑥	本渡(志柿・瀬戸・下浦町)、有明、御所浦、倉岳、栖本	天草東保健福祉センター	12:45~13:00

※本渡(志柿・瀬戸・下浦町)・有明・御所浦・倉岳・栖本地区は、平成22年9月～10月生まれが対象です。  
※牛深・天草(高浜・大江)・河浦地区の平成22年10月～11月生まれは、6月に実施予定です。

### ■3歳児健診

- ▶対象 = 平成21年4月生まれ
- ▶持参品 = 問診票・母子健康手帳・バスタオル

日	対象地区	場所	受付時間
10⑦	牛深、天草(高浜・大江)、河浦	天草西保健福祉センター	13:00~13:30
24⑦	本渡(志柿・瀬戸・下浦町を除く)、新和、五和、天草(高浜・大江を除く)	天草中央保健福祉センター	12:45~13:15

※牛深・天草(高浜・大江)・河浦地区は、平成21年3月～4月生まれが対象です。  
※本渡(志柿・瀬戸・下浦町)・有明・御所浦・倉岳・栖本地区の平成21年4月～5月生まれは、6月に実施予定です。

### ■5歳児健診

- ▶対象 = 健診日の2週間前に個別にお知らせします。
- ▶持参品 = 問診票(未就園児・市外就園児のみ)・母子健康手帳・水筒

日	対象地区	場所	受付時間
11⑧	本渡(志柿・瀬戸・下浦町を除く)、新和、五和、天草(高浜・大江を除く)	天草中央保健福祉センター	12:45~13:15
24⑦	本渡(志柿・瀬戸・下浦町)、有明、御所浦、倉岳、栖本	天草東保健福祉センター	12:45~13:15
31⑦	本渡(志柿・瀬戸・下浦町を除く)、新和、五和、天草(高浜・大江を除く)	天草中央保健福祉センター	12:45~13:15

### ■健康相談

- ▶対象 = 希望者
- ▶受付時間 = 10:00~11:00
- ▶持参品 = 健康手帳・母子健康手帳・バスタオル

日	場所
7⑧	いさな館(御所浦支所の2階)、天草西保健福祉センター
14⑧	天草中央保健福祉センター、有明保健センター、牛深支所
21⑧	天草東保健福祉センター、天草支所
28⑧	天草中央保健福祉センター、牛深支所

### ■ポリオ

- ▶対象 = 生後3カ月以上7歳6カ月未満児
- ▶持参品 = 予診票・母子健康手帳

日	場所と対象地区	受付時間
8④	牛深総合体育館	13:30~14:00
9⑥	天草中央保健福祉センター(本渡南)	12:45~13:30
10⑥	天草東保健福祉センター	12:45~13:00
16⑥	天草中央保健福祉センター(楠浦・本町・佐伊津)	12:45~13:30
22④	天草西保健福祉センター	13:00~13:30
23⑥	天草中央保健福祉センター(全地区)	12:45~13:30
30⑥	天草中央保健福祉センター(全地区)	12:45~13:30

### ■育児学級

- ▶対象 = 0歳～1歳未満の子どもと保護者
- ▶時間 = 10:00~12:00 ▶定員 = 20人
- ▶持参品 = 母子健康手帳・バスタオル(2枚)・フェイスタオル

日	内容	場所
25⑧	育児講座「ベビーマッサージと楽しいおしゃべり」	天草中央保健福祉センター

※参加を希望する人は5月7日⑧までに、電話で天草中央保健福祉センターへお申し込みください。

### ■おやこ食育教室

- ▶対象 = 1歳～3歳の子どもと保護者
- ▶時間 = 9:45~13:00
- ▶持参品 = 母子健康手帳・エプロン・子ども用の飲み物など

日	内容	場所
31⑦	・歯の手入れについて ・おやつ作り体験	天草東保健福祉センター

※参加を希望する人は5月28日⑧までに、電話で天草東保健福祉センターへお申し込みください。