あなたも防災を学びませんか？ 女性防災リーダー養成講座

全国各地で頻発する自然災害。最近では、女性の視点を取り入れた災害対応が重要視されています。市では、女性を対象とした災害時に活躍できる人材を育成するための講座を開催します。

対 防災に関心のある女性　※要申込

テーマ	と　き	ところ
第１回 ハザードマップの見方、マイ･タイムライン	9月30日(水)　午前9時30分～11時	市役所
	10月1日(木)　午後7時～8時30分	
第２回 災害発生時の避難行動と、家族の命を守るためのロープワーク	10月14日(水)　午前9時30分～11時	
	10月15日(木)　午後7時～8時30分	
第３回 ボランティアコーディネーターとの連携と、女性目線でのニーズ伝達	10月28日(水)　午前9時30分～11時	
	10月29日(木)　午後7時～8時30分	
第４回 柏崎刈羽原子力発電所見学	11月1日(日)　午前8時～午後3時	柏崎刈羽原子力発電所
第５回 女性目線での避難所運営と被災者支援・感染症対策について	11月11日(水)　午前9時30分～11時	市役所
	11月12日(木)　午後7時～8時30分	
第６回 家庭内備蓄と避難時の携行食･災害食調理	11月25日(水)　午前9時30分～11時	未定
	11月26日(木)　午後7時～8時30分	

※テーマは変更になる場合があります。詳しくは市ホームページをご覧になるか、お問い合わせください。

問 防災課 防災対策係☎0256･77･8381

手話出前講座 ～講師を派遣します～

市では、手話の普及やろう者への理解を促進するため、事業所などに手話講師（ろう・聴講師）を派遣する「手話出前講座」を実施しています。

対 会社、お店、医療機関、各福祉施設、学校、自治会、地域活動団体など、市内在住の人が5人以上いる団体

内 簡単なあいさつなど手話の指導　■利用時間　午前9時～午後9時までのうち2時間以内（学校などの場合は45分でもOK）　所 受講団体でご用意ください。　申 希望する日の14日前までに、申込書を社会福祉課（市役所1階22番窓口）へ持参かファクス、郵送、電子メールにて提出。申込書は社会福祉課に設置してあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。　他 受講料は無料ですが、資料の印刷代や会場使用料などは、受講団体の負担になります。　問 社会福祉課 障がい福祉係☎0256･77･8172／FAX0256･77･8108／〒959-0295　燕市吉田西太田1934／✉shakaifukushi@city.tsubame.lg.jp

健康・福祉

健診結果　個別相談会

～オーダーメイドの健康づくり～

保健師が健診結果を一緒に確認、栄養士による食事のアドバイス、健康運動指導士が体と生活に合わせた運動法を紹介します。　※要申込

時・所 ◎9月14日(月)…燕庁舎（白山町二丁目）／◎9月24日(木)…保健センター　※時間：❶午後1時30分～2時30分 ❷午後2時～3時 ❸午後2時30分～3時30分 ❹午後3時～4時　対 今年度健康診断または人間ドックを受けた、おおむね74歳以下の市民　定 各時間2人程度　問 保健センター☎0256･93･5461

胃がん･大腸がん検診を同日実施します【予約制】

胃がん検診のみ希望の人、胃がん・大腸がん検診の両方を希望の人は、事前に予約が必要です（大腸がん検診のみ希望の人は予約不要）。

申込済の人には、日程や予約方法を9月上旬に郵送します。新たに申し込みを希望する人は、ご連絡ください。

時 9月24日(木)～10月17日(土)のうち14日間　対 ◎胃がん検診：40歳以上の人／◎大腸がん検診：30歳以上の人　¥ ◎胃がん検診：800円／◎大腸がん検診：500円　※65歳以上の人は無料／次の世帯の人は、事前に申請することにより個人負担金が免除になります　❶生活保護世帯 ❷4月1日現在で平成31年度市民税非課税世帯　持 受診票、個人記録票、感染防止についてのお願い（健康チェック表を記入）、便を採取した容器2日分（大腸がん検診のみ）　問 健康づくり課 健康推進係☎0256･77･8182

ひとり親家庭等の医療費を助成します

ひとり親家庭等とは、母子家庭や父子家庭、両親のどちらかに一定以上の障がいがある家庭、または両親に代わって祖父母などがお子さんを養育している家庭などです。

■助成対象者

市内に住んでいるひとり親家庭等のうち、子どもとその子を扶養している父、母、養育者（重度心身障がい者医療や生活保護を受給している人、事実上婚姻状態にある人は除く）

■助成内容

医療費の自己負担額のうち、一部負担金を除いた残りの金額を助成

■一部負担金

◎通院…1回530円（満たない場合はその額）
※同一月に同一医療機関での受診が5回目以降は自己負担額なし
◎薬局…0円
◎入院…1日1,200円
◎訪問看護…1日250円

■助成期間

子どもが満18歳になった以降の最初の3月31日まで　※子どもに一定以上の障がいがある場合は、満20歳の誕生日の前日まで

■所得要件

申請者（保護者）と同居している家族（父母、祖父母、子、兄弟姉妹など）の所得が一定額未満であること。基準となる金額は、扶養親族の人数により異なります。　※毎年度、所得要件を確認します。

■助成対象外

保育園や学校などでけがをしたときや、交通事故などの第三者行為によりけがをしたとき

詳細は市ホームページをご覧になるか、お問い合わせください。

問 保険年金課 年金医療係
☎0256･77･8136

▲医療費助成についてのページ

オレンジリングカフェ 5P

認知症の人やその家族、医療・介護職の人、認知症に関心のある人、誰もがつどい、輪（和）となれるカフェです。

時 9月24日(木)　午後2時～3時30分　所 市役所1階つばめホール　定 25人　※定員になり次第締切　他 個別の相談を希望する場合は、当日受け付けに申しつけください。　申 9月23日(水)まで　問 長寿福祉課 地域支援相談係☎0256･77･8157

「レインボー健康体操」体験会

時 9月25日(金)　午後2時～3時30分　所 中央公民館　対 介護予防運動に興味のある市民　持 タオル、飲み物、運動靴　他 講師：小黒由記江（くろゆきえ）さん（レインボー健康体操インストラクター）／無料バスを運行します。ご希望の人は事前に申し込みください。　問 燕市社会福祉協議会 地域福祉課☎0256･78･7866

燕市介護の担い手研修

時 9月28日(月)・29日(火)　午前9時30分～午後3時30分　所 市役所1階 つばめホール　対 生活支援・介護予防サービスの事業所で働きたい人、地域の茶の間などでの活動に生かしたい人、高齢者の支援に興味のある人、2日間通して通える人　内 高齢者の特徴と接し方、介護保険制度・総合事業の説明、認知症の理解、緊急時の対応、介護予防の軽体操など　¥ 1320円（テキスト代）　※9月23日(水)以降に参加をキャンセルした場合、テキスト代はいただきます。　申 9月18日(金)　他 2日間の研修受講で、生活支援・介護予防サービスの事業所で従事する資格が得られます。　問 長寿福祉課 地域支援相談係☎0256･77･8157

男性限定！生涯現役体づくり講座

時 10月2日(金)・9日(金)・16日(金)・23日(金)　午後1時30分～3時30分（全4回）　所 燕市民交流センター　対 介護予防運動に興味のある男性市民　定 30人　※定員になり次第締切　¥ 500円　持 飲み物、タオル、室内用運動靴　他 講師：川本朝子（あさこ）さん（健康運動指導士）　問 燕市社会福祉協議会 地域福祉課☎0256･78･7866

無理なく楽しくダイエット「トリプルスリー」

3カ月で3kg減量（または腹囲3㎝減）3カ月維持にチャレンジ！自宅で体重記録をつけるだけ！保健師・栄養士の個別相談つきです。

対 おおむね74歳以下の市民　申 9月30日(水)まで　問 保健センター☎0256･93･5461

トリプルスリーのページ▼