

5つの声かけをして
熱中症を予防しましょう！

- 1. 温度**に気を配ろう
今いるところやこれから行くところの温度を温度計や天気予報で確認しましょう。
- 2. 飲み物**を持ち歩こう
いつでもどこでも水分補給ができるように、飲み物を持ち歩きましょう。
- 3. 休息**をとろう
寝苦しい夜は空気の通りを良くしたり、通気性の良い寝具を使うなど工夫しましょう。
- 4. 栄養**をとろう
バランスよく食べること、朝ごはんをしっかり食べることも大切です。
- 5. 声**をかけ合おう
家族やご近所同士で声をかけ合い、日ごろから熱中症予防を心がけましょう。

ジカ熱やデング熱は蚊を介して感染します。感染してもすべての人に症状が出るわけではありませんが、発熱や関節の痛み、発疹が出るといった症状が1週間ほど見られる人もいます。また、ジカ熱は妊婦が感染すると小頭症などの先天性障害をもった子どもが生まれたり、デング熱では、出血を伴うデング出血熱となり重症化することがあります。



ヒトスジシマカ
ヤブカとも呼ばれ、国内に広く生息。背中に1本の白い線がある3~5mmほどの蚊で、5月中旬から10月下旬ごろまで活動。特に日中に活発に吸血します。

蚊から身を守りましょう

1. 肌を露出しない
 2. 虫除けスプレーなどを使う
- 蚊がいそうな場所に行くときには、次のことに注意して、蚊に刺されないようにしましょう。

短期集中予防サービスを開始

町では新たな介護予防事業として、短期集中予防サービスを開始します。要支援者などの心身の状況や生活環境に応じて、3カ月程度の間、リハビリの専門職が運動機能の維持・改善プログラムを実施します。

- **対象者** 65歳以上の人で身体機能の低下があり、町が行う「基本チェックリスト」により該当する人(定員・1クール12人程度)
- **内容** 運動指導(ストレッチ、専用の機械を使っているリハビリ)や健康チェックなど
- **開設日** 週1回(水曜日)年間3クール(①7~9月 ②10月~12月 ③1~3月)
- **料金** 無料

ご協力ください

わずか40分で助かる命があります
全血献血にご協力を！

輸血用の血液は、人工的に作ることができません。また、長い期間にわたって保存することもできません。そのため輸血に必要な血液をいつでも十分に確保するためには、絶えず誰かの血液が必要になります。次により献血を行います。皆さん全血献血にご協力をお願いします。

- **日時・場所** 7月7日(金) 畜産開発公社 10:00~11:30 役場前 13:30~16:00
- ※役場前には、献血車を2台配置予定です。

7月は
愛の血液助け合い運動
月間です

くずはそう
養護老人ホーム **葛葉荘** の完成見学会を行います



新築移転する養護老人ホーム葛葉荘の完成見学会を次のとおり開催します。

施設内を職員がご案内しますので、皆さんお誘い合わせのうえ、この機会にどうぞご覧ください。

■ **日時**
7月8日(土)・9日(日)
午前 10時~11時30分
午後 13時30分~15時

■ **場所**
養護老人ホーム葛葉荘
葛巻第17地割39番地3(田子)

※事前予約は要りません。当日は、ある程度の人数がまとまり次第、施設内のご案内を始めます。なお、集まり具合によりお待ちいただく場合がございますので、あらかじめご了承ください。



対象になる人	7月までの負担の上限(月額)	8月からの負担の上限(月額)
現役並み所得者に相当する人がいる世帯の人	44,400円(世帯)	44,400円(世帯)
世帯のどなたかに住民税が課税されている人	37,200円(世帯)	44,400円(世帯) ※同じ世帯のすべての65歳以上の人(サービスを利用していない人を含む)の利用者負担割合が1割の世帯は年間上限額(446,400円)
世帯の全員が非課税の人	24,600円(世帯)	24,600円(世帯) 15,000円(個人)
前年の合計所得金額と公的年金収入額の合計が年間80万円以下の人など	24,600円(世帯) 15,000円(個人)	15,000円(個人)
生活保護を受給している人など	15,000円(個人)	15,000円(個人)

※(世帯)とは住民基本台帳上の世帯員で、介護サービスを利用した人全員の負担の合計の上限額を指し、(個人)とは、介護サービスを利用したご本人の負担の上限額を指します。

8月から月々の負担額の上限が変わります
介護保険の高額介護サービス費

介護サービスを利用する場合の負担額の上限が変わります。高齢化が進み介護の費用や保険料が増える中、サービスを利用している人と利用していない人との公平性や負担能力に応じた負担をお願いする観点から変更されるものです。

サービスを利用している人の世帯の中で住民税が課税されている人がいる場合は、次の表のとおり上限が引き上げられます。詳しくは、健康福祉課介護係(☎内線153)まで。