

※市内は、市外局番 0287 を省略した表記にしています。

庁舎名  
 ☎…本庁舎(共聖社108-2)  
 ☎…西那須野庁舎(あたご町2-3)  
 ☎…塩原庁舎(塩原1-2)



～空き家を所有している人へ～  
 空き家バンクを利用して、空き家を売ったり、貸したりしませんか。  
 ▶問い合わせ ☎都市整備課 ☎(62)7162

## 健康

### 「熱中症」に気を付けて！

暑さが増してくるこれからの季節に、気をつけなければいけない熱中症。注意すれば予防できる病気です。熱中症のことをよく知り、しっかりと予防しましょう。

持病を持っている人は、夏の過ごし方についてかかりつけの医師に相談し、上手にコントロールしましょう。

#### ＜熱中症予防のポイント＞

- ①室内の気温が28℃を超えないようにエアコンや扇風機を上手に使いましょう
- ②のどが渇かなくてもこまめに水分を補給しましょう
- ③外出の際は体を締めつけない涼しい服装で、日差しなどへの対策もしましょう
- ④無理をせず適度に休憩をとりましょう
- ⑤日頃から体を動かし、汗をかいて暑さに慣れた体をつくりましょう

#### お問い合わせ

○那須地区消防本部(代表)  
 ☎0287(28)5119



## 国民健康保険税の課税限度額を改正します

国民健康保険特別会計の健全化を図るため、平成29年度から課税限度額を改正します。なお、今回の改正を反映した国民健康保険納税通知書を7月13日に世帯主あてに送るので、期限内の納付をお願いします。

国民健康保険税は、①医療給付費分、②後期高齢者支援金分、③介護納付金分(40～64歳)をそれぞれ計算し、その合計で税額を決定します。

#### 課税限度額

- ▼医療給付費分  
50万円 ↓ 51万円
- 後期高齢者支援金分  
13万円 ↓ 16万円
- 介護納付金分  
10万円 ↓ 14万円

#### 問い合わせ

- 国民健康保険制度について  
本国保年金課 ☎(62)7143
- 国民健康保険税の課税について  
本課税課 ☎(62)7120
- 国民健康保険税の収納について  
本収納課 ☎(62)7123

## 健康教室



### 国民健康保険に加入している人のための

#### スイミング健康教室

- ◆対象 次の全ての条件を満たす人  
①納期限の過ぎている国民健康保険税を完納している世帯の18～74歳の国民健康保険に加入している人  
②年度内に同事業を受講していない人  
③3カ月間受講できる人

#### ◆実施期間

- 第2回:9月～11月
- 第3回:12月～来年2月

#### ◆内容

水中体操、水中歩行、泳ぎの基礎などを週2日、3カ月間実施

#### ◆実施施設・時間・定員

- ファインドスポーツクラブ(西大和)  
☎(36)0419  
午前10時～午後0時30分(水・土・日曜を除く2日)  
定員…5人

#### ◆参加費

6,318円 ※1カ月当たり2,106円。  
 ※総費用の3割が個人負担、残りは国民健康保険が負担。

#### ◆申込期間

- 第2回 7月21日(金)～ 8月4日(金)
- 第3回 10月23日(月)～11月6日(月)

#### ＜共通事項＞

- ◆申込方法 国民健康保険証と印かんを持参し、窓口で申し込み ※電話では申し込みできません。
- ◆申し込み・問い合わせ  
本国保年金課 ☎(62)7129 国民福祉課 ☎(37)5103 総務福祉課 ☎(32)2988 帯根出張所 ☎(35)2511

#### 健康度アップ事業

自分の健康度に合わせて運動指導が受けられます。楽しみながら生活習慣病の予防をしましょう。

#### ◆対象 次の全ての条件を満たす人

- ①納期限の過ぎている国民健康保険税を完納している世帯の40～74歳の国民健康保険に加入している人
- ②年度内に同事業を受講していない人
- ③3カ月間受講できる人

#### ◆実施期間 来年3月まで

#### ◆内容

健康度測定(基礎代謝量、体脂肪率、筋肉量、体水分量など)、各種マシーンを利用した筋力トレーニング、有酸素運動、ストレッチなど、週2日、3カ月間実施

#### ◆実施施設

- ・KPECフィットネスクラブ
- ・ウェルネスNASPA
- ・ファインドスポーツクラブ
- ・女性専用フィットネスB-Line
- ・女性専用フィットネスカーブス
- ・ATCフィットネス

#### ◆参加費

5,638円(3カ月間) ※1カ月当たり約1,880円。  
 ※総費用の3割が個人負担、残りは国民健康保険が負担。

#### ◆申込期限 12月15日(金)

## 福祉

### 身体障害者巡回相談

身体に障害がある人を対象に、整形外科医、リハビリ専門職、保健師などが相談に応じます。

医学的な相談、補装具の相談、身体障害者手帳の取得や等級変更の相談、リハビリ相談などに応じます。

- ▼とき 7月5日(水) 午後2時～4時
- ▼ところ 黒磯保健センター
- ▼相談料 無料
- ▼定員 5人
- ▼申込期限 7月3日(月)
- ▼申し込み・問い合わせ  
☎(62)7026

### 人工肛門・人工膀胱を造設した人のための講習会・相談会

人工肛門・人工膀胱を造設した人の日ごろの問題を解決し、正しいケアの知識を習得する講習会・相談会です。

- ▼とき 7月9日(日) 午後1時～4時
- ▼ところ トコトコ大田原3階視聴覚室(大田原市中央1・3・15)
- ▼テーマ 「あなたのストーマは大丈夫！」
- ▼講師 皮膚・排泄ケア認定看護師 松本貴司氏(菅間記念病院)

和久井大輔氏(獨協医科大学病院)  
 ▼参加費 無料  
 ▼定員 80人  
 ▼申し込み・問い合わせ  
 ☎0284(43)0144

### 那須赤十字病院 第10回がんの市民公開講座

がん患者と家族の会ピアサポート「那須」による体験談や専門の講師による講演会を開催します。

- ▼とき 7月15日(土) 午後1時30分～3時30分
- ▼ところ 那須赤十字病院 (大田原市中田原1081・4)
- ▼タイトル 今日が人生最後の日だと思って生きなさい
- ▼講師 小澤竹俊氏(めぐみ在宅クリニック院長)
- ▼参加費 無料
- ▼定員 150人
- ▼申し込み・問い合わせ  
☎0287(23)1122

### 食品の放射性物質簡易検査結果 (4月16日～5月15日)

| 検査結果     | 件数 | 検体の内訳(件数)                                    |
|----------|----|--|
| 不検出      | 7  | コゴミ(1)、サンショウ(1)、タケノコ(2)、フキ(1)、ヨモギ(1)、ローリエ(1) |
| 50Bq未満   | 14 | イワナ(1)、コゴミ(1)、タケノコ(11)、ワラビ(1)                |
| 50～100Bq | 5  | タケノコ(5)                                      |
| 100Bq超   | 6  | コシアブラ(3)、ゼンマイ(1)、タラノメ(1)、原木シイタケ(1)           |
| 合計       | 32 |  |

※厚生労働省が定めた一般食品の放射性セシウムの基準値は100Bq/kg。  
 ※検査結果は、1kgあたりのセシウム134とセシウム137の合算値。  
 ▶問い合わせ ☎生活課 ☎(62)7126 検査を行いたい人は問い合わせてください。

**献血にご協力ください**  
 ～7月は愛の血液助け合い運動月間～  
 夏季は輸血用血液が不足しがちです。7月の運動月間中に、400ml献血に協力をお願いします。

- ▶とき 7月5日(水) 午前10時～午後4時
- ▶ところ 本庁舎
- ▶問い合わせ 健康増進課 ☎(63)1100