みんなで知ろう 認知症

長寿保険課
☎823－9609
FAX 823－9627

認知症は高齢者だけでなく誰にでも起こりうる脳の病気です。高齢化が進むに従って増加しており、町内の65歳以上の人のおおよそ10人に1人が認知症といわれています。

これからは大切な家族や友人、そして自分自身のために『認知症』に対する正しい知識を身につけ、認知症の人やその家族を温かく見守り、地域ぐるみで支援していく事が大切になってきます。

海田町では、認知症を理解し、自分のできる範囲で認知症の人やその家族を支援する応援者『認知症サポーター』を養成する出前講座を開催しています。今年度も地域の集会や医療機関など4カ所で実施しました。

この機会に職場や地域で講座を開き、認知症サポーターの輪を広げてみませんか。

※講座の申し込み方法など、詳しくは長寿保険課へ問い合わせてください。

ご長寿おめでとうございます

長寿保険課　☎823－9609　FAX 823－9627

ご長寿をお祝いして、対象者に祝品・祝金を贈呈します。

【敬老祝品】

対象◆平成27年8月1日に町内に居住し、平成27年1月1日から12月31日までに75歳以上になる人（配送日までに転出した人を除く）

祝品◆味付海苔

配送時期◆9月中旬

【敬老祝金】

対象◆平成27年8月1日に町内に居住し、平成27年1月1日から12月31日までに、77歳、88歳、100歳以上になる人

祝金の額◆77歳　5千円　88歳　1万円　100歳以上　3万円

※祝金とあわせて菓子をお渡しします。

家族介護教室

地域包括支援センター　☎821－3210　FAX 824－0291

少子高齢化社会の現在、地域の人で支えあう方法や、介護の正しい仕方について知識を深めてみませんか？介護をしている人、関心のある人、ぜひ参加してください。

申し込み◆10月13日（火）までに電話で地域包括支援センターへ

対象◆町内の介護者や介護に関心のある人（20人程度）

費用◆無料（ただし4回目の調理費は300円徴収します）

会場◆福祉センター　1階ボランティア室

※来年1月13日のみ2階調理室

	開催日	テーマ	講師
1	10月14日	知ってお得！学んで役立つ！福祉用具や住宅改修	日本基準寝具 福祉用具専門相談員　金井 泰樹
2	11月11日	将来のために知っておきたい成年後見のこと	まつたに社会福祉事務所 社会福祉士　松谷 恵子
3	12月9日	心・体・介護に効く色	株式会社サクセスプロッサム 色彩コーディネーター 熊本 すなお
4	来年1月13日	手軽に楽しく作りましょう！～おいしい！簡単！介護レシピ～	管理栄養士　亀井 美由紀 介護支援専門員（介護福祉士） 菅原 美奈子

※いずれも水曜日、13時30分～15時

9月7日～13日は 全国一斉「高齢者・障害者の人権あんしん相談」強化週間

社会福祉課　☎823－9207　FAX 823－9627

法務局・地方法務局および都道府県人権擁護委員連合会では、虐待や差別など、高齢者や障がい者をめぐるさまざまな人権問題を積極的に把握し、問題解決のために援助する人権相談所を常時開設しています。

9月7日（月）～13日（日）を全国一斉強化週間とし、同週間中は、広島法務局および広島県人権擁護委員連合会においても、相談時間を延長して電話相談を受け付けます。

高齢者・障害者の人権あんしん相談　☎0570－003－110

相談日時◆9月7日（月）～11日（金）　8時30分～19時
9月12日（土）・13日（日）　10時～17時

問い合わせ◆広島法務局人権擁護部　☎228－5792

人権擁護委員の佐々木 登貴子さんと俵 尚子さんが表彰されました

人権擁護委員としての功績が顕著であったとして、海田町人権擁護委員の佐々木 登貴子さんと俵 尚子さんが、6月4日に開催された広島県人権擁護委員連合会総会において、全国人権擁護委員連合会長から表彰されました。

法務省人権擁護局長表彰
佐々木 登貴子さん

広島法務局長表彰　俵 尚子さん

今からチャレンジ！ 血糖コントロール 糖尿病教室

住民課　☎823－9206
FAX 823－9627

参加者募集

「血糖値が高いのが気になるな」「最近、血糖値があがってきたな」という人。

糖尿病の合併症予防に役立つ情報や食事の摂り方、体の動かし方を紹介します。

保健師、管理栄養士、健康運動指導士と一緒に、生活習慣・栄養・運動の3本柱で、血糖コントロールをしていきましょう!!

場　所◆福祉センター

対　象◆HbA1c値が6.0～6.4％または空腹時血糖が110～125mg/dlで、糖尿病の運動療法・食事療法が必要な人。内服治療のない人。

服　装◆運動できる服と靴（第1回目を除く）

持ち物◆飲み物、タオル（第1回目を除く）

参加費◆無料

申し込み◆9月18日（金）までに電話で住民課へ

開催日		時間	内容
第1回	9月28日（月）	13時30分～15時30分（13時～受付）	糖尿病と合併症について～総論～、「自分ルールを決めよう」
第2回	11月16日（月）		糖尿病の食事療法、正しいウォーキング
第3回	1月18日（月）		糖尿病のまとめ、楽しくエクササイズ
第4回	3月14日（月）		血液検査の結果説明とふりかえり

※3月2日（水）15時から血液検査（HbA1c）を行います。

※上記4回のほかに、運動教室10回（エクササイズ10）を10月28日（水）から併せて実施します。

国民年金　第3号被保険者の届け出について

広島南年金事務所　☎253－7710

第2号被保険者（厚生年金保険や共済組合に加入）に扶養されている20歳以上60歳未満の配偶者は、第3号被保険者として国民年金に加入することになります。加入手続きは、第2号被保険者の勤務先を経由して行います。

なお、国民年金保険料は、第2号被保険者が加入している厚生年金、共済年金から負担しますので、自ら納める必要はありません。

※第3号被保険者に該当したときの届け出以外に、第2号被保険者が転職や退職したときや、住所に変更があったときにも届け出が必要です。

こんなとき	本人の変更後の種別	届け出先
・配偶者である第2号被保険者が会社を退職したとき ・配偶者である第2号被保険者の扶養から外れたとき ・配偶者である第2号被保険者と離婚したとき ・配偶者である第2号被保険者が65歳になったとき	第3号⇒第1号	役場
・本人（第3号被保険者）が就職して厚生年金や共済組合に加入したとき	第3号⇒第2号	本人の勤務先
・配偶者である第2号被保険者が転職などで加入する被用者年金制度が変わったとき（例えば厚生年金から共済組合）	第3号⇒第3号（種別は変わりませんが、届け出は必要です。）	配偶者の勤務先
・本人の住所が変わったとき	―	配偶者の勤務先

わたしたちの国保　「保険証を更新します」

住民課　☎823－9206
FAX 823－9627

10月1日から新しい保険証にかわります。

保険証の色：新しい保険証の色は　**桃色**　です。（有効期限：平成28年9月30日）

保険証は9月下旬に、一世帯ごとにまとめて世帯主へ郵送します。

※郵便物は、世帯主が国民健康保険に加入していなくても世帯主あてに郵送されます。

※後期高齢者医療制度への移行や、退職者医療制度から一般被保険者への移行のため、有効期限が短い場合があります。

「広島県国民健康保険」イメージキャラクター“コッピー”