



福祉タクシー利用券・福祉方ソリン代助成金

市は、障がいのある人の生活行動範囲を拡大し、社会参加を促進するため、タクシーの利用や自家用車のガソリン代を助成しています。

助成の対象となるのは、申請日以降の利用分です。該当する人は、早めに申請してください。

対象 ②次のいずれかに該当する人

▼視覚障がい・下肢または体幹機能障がい1～3級

▼上下肢機能障がい1～2級

▼心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸・肝臓・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障がいのおよそ1級

▼平衡機能障がい3級

▼療育手帳の障害程度A

▼精神障害者保健福祉手帳の障害程度1級

利用期間 申請日～平成30年3月31日(土)

申請方法 申請書・対象の要件となる手帳・印鑑・通帳を持参してください

申請・問合せ先 障害福祉課 (☎64・13372)

福祉用具名	下肢機能障害	体幹機能障害
車いす 車いす付属品	1～3級※	1～3級
歩行器	1～5級	
歩行補助つえ	1～6級	

※下肢機能障害4級以下でも、上肢機能障害が2級以上の場合は対象となります。

申請方法 ②介護保険自己負担

具の貸与を受けた場合の自己負担額を助成します。

申請対象 ①1～6月の福祉用具貸与の自己負担

1月以降に手帳を取得した人は、取得月から対象です。

対象者 福祉用具②左表のとおり

多数の場合は選考します。

受講料 無料

テキスト代3千240円・選別講座参加費が必要です。

申込方法 ②往復はがきの往信用に、京田辺市「後期」・氏名(ふりがな・住所・電話番号・FAX・年齢・手話経験・勤務先・学校名(市外の人)を書いて郵送してください)

磁気テープシステムが必要な人は問い合わせください。

しめきり 9月20日(水) (必着)

申込・問合せ先 京田辺市「手話教室」事務局(京都府聴覚言語障害センター内) 〒610-0121 城陽市寺田林ノ口11-64 ☎30・9000、FAX55・7708

▼社会福祉センターを利用している

▼社会福祉協議会ボランティアセンターに登録・準登録している

▼本市に拠点を置く小・中学校、高校、市民活動団体、社会福祉施設、医療機関など

内容 ②模擬店・製品販売・ステージ発表・展示など

申込方法 ②社会福祉協議会にある申込書を持参してください

しめきり 10月31日(火)

申込・問合せ先 社会福祉協議会 (☎62・2222、FAX65・4962)

ひだまりの会

日にち 9月19日(火)

時間 午後1時30分～3時

場所 社会福祉センター

対象 市内に在住する高齢者

内容 ②ものづくり

申込方法 ②電話で申し込んでください

しめきり 9月13日(水)

申込・問合せ先 社会福祉協議会 (☎62・2222、FAX65・4962)

ユーモアで健康づくりをPR

健康標語を募集

市は、すべての人が健康で幸せに暮らせるよう、一人ひとりの健康づくりを推進する、ユーモアあふれる標語を募集します。健康の大切さを幅広くPRできる、魅力的な標語をお寄せください。

採用作品は、市の検診案内・封筒などに使用します。また、採用された人には「吸引力の変わりない」コードレスクリナーを差し上げます。

応募資格 市内に在住する人

内容 ②20字以内 健康(幸)にちなんだユーモアにあふれている

特定の個人・団体などを連想させるものを除きます。また、採用作品の著作権など、一切の権利は市に帰属します。

応募方法 ②はがき・FAX・電子メールで、標語・作品の説明・氏名(ふりがな・住所・電話番号を書いて応募してください。応募は1人1作品に限りです)

しめきり 10月31日(火) 必着

応募・問合せ先 健康推進課 (〒610-0393 (住所) 63・5777、メールアドレス kensho@city.yvznanhe.jp)

たとえば… 標語の一例

▼腹八分 家族の笑顔で 満腹だ (公財)ちば県民保健予防財団)

▼貯筋して もらう利息は 健康体 (埼玉県飯能市)

▼吸う度に 短くなってく 煙草と寿命 (公財)日本生活習慣病予防協会)

手話奉仕員を養成 手話教室(後期)

日にち 9月27日～平成30年2月14日の毎週水曜日(12月27日・平成30年1月3日を除く。全19回)

時間 ②午後7時～9時

場所 社会福祉センター

対象 市内に在住・通勤・通学する18歳以上で、手話教室・前期を修了(修了予定を含む)できる人、手話で簡単な日常会話ができる人

内容 ②聴覚障がい者の生活や福祉制度についての理解と知識を深め、手話で日常会話ができる程度の技術の習得を目指す

定員 30人

ふれあいまつり 参加団体募集

社会福祉協議会は、平成30年3月3日に開く「第2回社会福祉センターふれあいまつり」の参加団体を募集します。

対象 ②次のいずれかに該当し、企画・準備・運営などに携わる実行委員を選出できる団体

ふれあいまつり

内容 ②災害ボランティアセンターの運用に関する演習など

災害食の昼食があります。

申込方法 ②電話で申し込んでください

しめきり 10月2日(月)

申込・問合せ先 社会福祉協議会 (☎62・2222、FAX65・4962)

一汁一菜ランチとつば療法

日にち 9月19日(火)

時間 ②午後1時～2時30分

場所 ②コミュニティスペースゆるり庵(京田辺市草内筋督道)

内容 ②ランチを食べ、つば刺激や体操など体を整える方法を学びます

参加費 ②1千円

定員 ②先着10人

申込方法 ②電話で申し込んでください

申込・問合せ先 健康つば愛好会 (☎080-1198-4808、FAX63・2055)

胃がん検診

検診期間 平成30年1～2月

内容 ②問診・胃レントゲン撮影(バリウム)バリウムでアレルギー症状が出る人・消化管の手術歴がある人・消化管の閉塞やその疑いのある人、妊婦は受診できません

また、一人で立てない人・バスの乗り降りや検診に必要な体位をとることが困難な人は、危険ですので受診を控えてください。

費用 ②5000円

肺がん検診

検診期間 平成30年1～2月

内容 ②問診・胸部X線撮影・喀たん検査(必要な人のみ。65歳以上の人には、結核住民検診も同時に行います)

費用 ②無料

大腸がん検診

検診期間 ②個別検診：10月まで ③集団検診：平成30年1～2月

内容 ②問診・便潜血反応検査(2日法)

費用 ②2000円

体に優しい減塩みそ造り

初めての人を対象に講習会

食生活改善推進員協議会は、初めての人を対象に、減塩みそづくり講習会を開きます。

高船地域の米で作った麹と国内産の大豆を使い、体に優しい減塩みそ(約5kg)を仕込みます。

日時・場所・内容 ②11月10日(金)午後2時から・保健センター

ターミナル大豆の引き渡しと集金

②11月17日(金)午後2時から・中央公民館(みそ造り、大豆を炊いてつぶしたものを持参してください)

対象 ②市内に在住し、2日も参加できる人

定員 ②40人

多数の場合は抽選します。

費用 ②2千490円

申込方法 ②往復はがきの往信用に、郵便番号・住所・氏名・電話番号を、返信用に住所・氏名を書いて郵送してください

地域の公民館で再講習

希望者は10月6日に受け付け

過去の受講者で、もう一度講習を受けたい人は、各地域の公民館で行う講習会に参加できます。

申込方法 = 10月6日(金)午前10時～11時に中央公民館へ来館してください

胃・肺・大腸がん検診 早期発見で守れる命

市は、胃がん・肺がん・大腸がん検診の申し込みを受け付けています。

日本人の2人に1人はがんになり、3人に1人はがんで亡くなっています。がんは早期に発見し治療すれば、治る確率の高い病気です。検診では、がん以外の疾患も多く見つかり、健康は自分で守りましょう。

場所 ②保健センター(大腸がんの個別検診は指定医療機関)

対象 ②市内に在住する40歳以上(昭和53年3月31日以前生ま

れの人

4月以降に申し込んだ人は、今回申し込む必要はありません。

申込方法 ②はがきに、希望検診名・大腸がん検診は個別検診・集団検診の別も記入・氏名・性別・生年月日・住所・電話番号を書いて郵送してください

しめきり 10月31日(火) (当日消印有効)

申込・問合せ先 健康推進課 (〒610-0393 (住所) 不要、☎64・13335)

フィットネス教室

体力づくりを専門家がサポート

市は、ピンピン教室フィットネス編の参加者を募集します。

専門家が健康長寿のための体力づくりを丁寧にサポートします。「足腰が弱ってきた」「運動は苦手」「いつも三日坊主」という人は、この機会に参加してみませんか。

日にち ②内容 ②下表のとおり

時間 ②午後1時30分～3時

場所 ②フィットネスクラブ「コンス、松井山手」

対象 ②市内に在住する65歳以上の定員 ②25人。多数の場合は初めての人を優先し、抽選します

費用 ②2千円

申込方法 ②9月15日(金)までに電話で申し込んでください

申込・問合せ先 健康推進課 (☎64・13335)

いつまでも健幸に

シリーズ③ ほっと一休み。心の健康の“今”を見る

今号は、健康増進計画・食育推進計画の重点プロジェクトの一つ「休養・こころの健康」について紹介します。

市民アンケートの結果、目覚めの悪い子どもが6割を超え、成人でも約半数の人が起床時に疲労感が残っていると感じていました。

また、ストレスを感じている人は成人の約7割で、内容は「仕事・アルバイト」が最も多いことが分かりました。さらに、ストレス解消法がない人は、約2割という結果になりました。

このことから、同計画では誰もが「自分らしい生活を楽しむ

健康講座

スマートフォンやパソコンが放つブルーライトを浴びると、神経や脳が興奮状態になり、体が眠りにくくなってしまいます。より良い眠りのためにも、スマートフォンやパソコンを操作するのは寝る1時間前までにしましょう。

そのほか、「ぬるめの風呂に入る」「日中体を動かす」「就寝前は読書や音楽でリラックスする」なども有効です。できることから取り組み、毎日の睡眠をより心地良いものにしましょう。

市健康増進計画・食育推進計画中間評価は、市ホームページに掲載しています。

市は、ピンピン教室フィットネス編の参加者を募集します。

専門家が健康長寿のための体力づくりを丁寧にサポートします。「足腰が弱ってきた」「運動は苦手」「いつも三日坊主」という人は、この機会に参加してみませんか。

日にち ②内容 ②下表のとおり

時間 ②午後1時30分～3時

場所 ②フィットネスクラブ「コンス、松井山手」

対象 ②市内に在住する65歳以上の定員 ②25人。多数の場合は初めての人を優先し、抽選します

費用 ②2千円

申込方法 ②9月15日(金)までに電話で申し込んでください

申込・問合せ先 健康推進課 (☎64・13335)

	日にち	内容(予定)
1	10月10日(火)	オリエンテーション・体力測定
2	10月17日(火)	肩こり腰痛予防体操・ホームエクササイズ
3	10月24日(火)	いす体操・青竹ふみふみ
4	10月31日(火)	ボールを使った体操・マシントレーニング
5	11月7日(火)	ウォーキング実技・マシントレーニング
6	11月14日(火)	リズム体操・マシントレーニング
7	11月21日(火)	生活習慣病予防講話・体力測定
8	11月28日(火)	下半身引き締め体操・マシントレーニング

フィットネス 対象 65歳以上