



講座の日程と内容

	日程	時間	内容
1回	6月28日(金)	午後1時～4時	講義…オリエンテーション、食生活改善推進員と地区活動、田原本町における健康を取り巻く現状について
2回	7月23日(火)		講義…「田原本町食育推進計画」について、食中毒予防と衛生管理、食の安全について
3回	9月27日(金)		講義…食事バランスガイドについて、栄養の基礎知識について
4回	10月29日(火)	午前9時～正午	調理実習…バランスのとれた献立
5回	11月21日(木)	午後1時～4時	講義と実践…身体活動とウォーキングについて
6回	12月10日(火)		講義…生活習慣病（メタボリックシンドローム）について
7回	平成26年 1月24日(金)	午前9時～正午	調理実習…生活習慣病（メタボリックシンドローム）予防のための献立
8回	2月20日(木)	午後1時～4時	講義…食生活改善推進員活動の実際、会員との交流、閉校式

受講資格 講座終了後、食生活改善推進員としてボランティア活動ができる人（6回以上出席を原則とします）

受講料 1200円（テキスト代）

定員 15人（申込順）

場所 保健センター

日程・内容 上表参照

仲間と一緒に活動しましょう。

この機会に食について学び、

さまざまな場面で普及活動を行

っています。

食を通じたボランティア活動

に興味はありませんか？ 町食

生活改善推進員は、地域の人々

に「食育」や「生活習慣病予

防」などの健康づくりに関心を

持ち、取り組んでもらえるよう

さまざまな場面で普及活動を行

っています。

この機会に食について学び、

仲間と一緒に活動しましょう。

この機会に食について学び、

さまざまな場面で普及活動を行

っています。

この機会に食について学び、

仲間と一緒に活動しましょう。



食を通じた健康づくりに取り組んでもらうために 町食生活改善推進員養成講座 受講生募集

保健センター ☎ 33・8000

平成25年度町スポーツ推進委員会主催事業

行事名	種目	開催予定日時	開催場所
第1回健康スポーツの集い	ニュースポーツ 6種目を予定	6月16日(日) 午前9時～正午	中央体育館
第2回健康スポーツの集いと新体力測定	ニュースポーツ 2種目と年齢層ごとの体力測定	10月14日(月) 午前9時～正午	
第3回健康スポーツの集い	ニュースポーツ 6種目を予定	平成26年 3月2日(日) 午前9時～正午	

※ニュースポーツとはゲーム感覚で簡単に楽しめるもので、屋内用、屋外用合わせて約20種目あります。

町スポーツ推進委員会基本理念

指針

「健康増進」をはかり、「元気で明るい町造り」を目指して、多世代にむけた生涯学習（生涯スポーツ）振興の担い手になろう。

目標

地域にひろめよう！！ 健康スポーツの輪

合言葉

「いつでも」「どこでも」「だれでも」そして「気軽に」健康スポーツに取り組もう！！

平成25年度の主催事業は、左表のとおりです。開催日と、種目の詳細は開催予定月の前月に広報で紹介いたします。

※そのほかの事業として、幼稚園・

小学校・PTA・自治会などの希望に応じて、ニュースポーツの出張サポートもしています。ご要望や問い合わせは生涯教育課スポーツ振興係まで。

スポーツで健康な体づくりを 町スポーツ推進委員会の 主催事業を紹介します

生涯教育課スポーツ振興係 ☎ 33・5882



40〜74歳の国保加入者の皆さんへ 特定健診・保健指導が始まります

住民保険課国保医療・年金係 ☎ 34・2097

糖尿病・高血圧・脂質異常症などの生活習慣病は、食生活や飲酒、喫煙などのさまざまな生活習慣が影響して引き起こされます。
6月から平成25年度特定健診・保健指導が始まります。この特定健診を活用して、早い段階で生活習慣病の発症要因を見つけて予防しましょう。

実施期間 6月1日〜平成26年1月末日

対象者 町の国民健康保険に加入している40〜74歳の人

(75歳になる人は誕生日の前日までしか受けられません)

対象者に受診券を送付

先月号でお知らせしたとおり、対象者へ5月下旬に受診券を送付しました。

受診方法など詳細は、案内をご覧ください。健康のためにぜひ受診してください。

注意事項

●現在定期的に医療機関を受診して

いる人も対象となります。

●4月1日以降に国民健康保険に加入した人の受診券は、加入した日の約2ヵ月後に送付します。

●被用者保険の被保険者と被扶養者の特定健康診査は、加入している保険者へお問い合わせください。

●特定健診を受診すると、人間ドックの助成が受けられなくなりますので、ご注意ください。

地域づくりに取り組んでみませんか

講座・シンポジウムを開催します

長寿介護課高齢福祉係 ☎ 34-2052

高齢社会に向け、地域の人材育成講座と地域づくりシンポジウムを開催します。申込は長寿介護課まで電話で。

●田原本町地域支援員養成講座

日時 7月23日(火)午前9時30分〜午後3時30分
場所 町役場3階301会議室
内容 地域支援、地域ネットワークづくりの進め方など
定員 80人(先着順)

申込期間 6月10日(月)〜7月5日(金)

●高齢社会に向けた地域づくりシンポジウム

日時 7月26日(金)午前10時〜正午
場所 町民ホール
内容 シンポジスト数人、コーディネーターに木原孝久さん(住民流福祉総合研究所所長)を招き、地域のネットワークや仕組みづくりを考える機会とします。
対象・定員 町民・100人(先着順)

申込期間 6月10日(月)〜7月10日(水)

国保税の正しい算定のため必要です

所得の申告はお済みですか？

住民保険課国保医療・年金係 ☎ 34-2097

国民健康保険税は、納税義務者である世帯主と被保険者全員の所得が把握できなければ、正しい算定ができません。

平成24年中に所得がなかった人や遺族年金・障害年金だけを受給していた人も「所得がない」旨の申告が必要で、申告がなければ低所得世帯に対する軽減を行うことができません。

所得が不明な人に国民健康保険税申告書を送付

所得が不明な人には「国民健康保険税申告書」を送付しますので、必ず住民保険課国保医療・年金係へ提出してください。所得状況などによっては、税務課で申告していただく場合があります。

次の人は改めて申告する必要はありません

- 所得税や町県民税の申告をした人
- 勤務先から給与支払報告書が町へ送付されている人
- 非課税年金以外の年金を受給している人
- 税法上、控除対象となっている人