

# 役場だより5月号



発行：教育委員会  
 TEL：48-2001  
 FAX：48-2172  
 Mail：otaki@vill.otaki.nagano.jp  
 HP：http://www.vill.otaki.nagano.jp

## マイナポイントの申請期間が令和5年9月末まで再延長!

「マイナポイント第2弾」の申請期間が、令和5年9月末まで再延長されました。

☆マイナポイント対象者



対象者	ポイント付与金額	ポイント申込期間
①マイナンバーカード新規取得者(マイナポイント第1弾の申込を行っていなかった方)	最大5,000円分	令和5年9月末まで ※一部決済サービスにおいては、9月30日以前の期限を設定する場合があります。
②健康保険証としての申込を行った方	7,500円	
③公金受取口座の登録を行った方		

対象：令和5年2月末までにマイナンバーカードの申請をした方

※令和5年3月1日以降に申請される方については、マイナポイントの対象外となります。

★ポイント申込期限間際には窓口が混雑する恐れがありますので、交付通知書が届きましたら早めにカードの受取・マイナポイントの申込を行ってください。

お問合せ先：王滝村役場福祉健康課住民係 TEL：0264-48-2001

## 特別養護老人ホーム職員募集

松塩筑木曾老人福祉施設組合では令和6年度に採用する正規職員を募集します。

○募集職種

・看護職員・生活相談員・介護支援専門員・介護職員・機能訓練指導員・栄養士

○勤務地

南木曾町、木曾町、木祖村、塩尻市、松本市、東筑摩郡にあるいずれかの組合施設

○受験資格、申込方法等詳細は直接問い合わせるか、組合ホームページでご確認ください。

○会計年度任用職員(介護職員、看護職員、栄養士)は随時募集中です。

問い合わせ：松塩筑木曾老人福祉施設組合

TEL：53-5000

HP：https://aoihato.com



## 健康一ロメモ 認知症と生活習慣は密接に関係している

誰もが認知症にはなりたくないと思われていると思われませんが、2018年には認知症の方は500万人を超え、65歳以上の高齢者の約7人に1人が認知症と見込まれています。今や認知症はだれもがなりうるものであり、多くの人にとって身近なものとなっています。そして高齢者の認知症は一つだけの原因で起こることは非常に少なく、高血圧症・糖尿病・肥満・脳卒中といったいくつもの原因が共存して起こると言われています。

そこでWHOにより認知症になるリスクを下げる指針が示されているので紹介します。

**【生活習慣の見直し】**・身体活動・栄養(バランスの取れた食事)・  
認知トレーニング

**【体の健康維持】**・体重の管理・高血圧・糖尿病・脂質異常症の管理・禁煙・  
適正な飲酒・難聴の治療や補聴器

**【心の健康維持】**・うつ病の治療や服薬・社会参加と社会的な支援

示されている指針は、健康であるために全てこれまでに言われていることで

です。それだけに、日々の生活習慣の改善がとても大事なのです。

**【お問合せ先】**王滝村役場福祉健康課保健衛生係電話0264-48-3160

## 地域おこし協力隊インターンの紹介です



泉由希子さん

東京都武蔵野市出身の泉由希子(いずみゆきこ)です。昨シーズン、御嶽スキー場でパトロールとして働かせていただき、王滝村の豊かな自然、温かい村民の皆様にも魅了され、今回地域おこし協力隊インターンに応募いたしました。王滝村の皆様と豊かな暮らしをして、王滝村の魅力を最大限に発揮出来るような活動を行っていきたいと思います。  
どうぞよろしく願います!!



古川さゆりさん

茨城県つくば市出身の古川(ふるかわ)さゆりです。去年の夏頃から王滝村に来て、農家民宿常八で居候させてもらいながら半年ほど自由に村生活を楽しく過ごしましたが、この度、地域おこし協力隊協力隊インターンとして活動することになりました!  
活動を通して、より王滝の面白さに気づいていきたいと思っています。改めて、どうぞよろしく願います!!

解説：地域おこし協力隊インターンとは  
 地域への定住・定着を図る地域おこし協力隊の人材確保と受入後のミスマッチを防ぐことを目的としてインターン期間(最大3か月間)を設け、王滝村での地域おこし活動がお試していただける制度です。  
 今年度から新たに導入した制度で、4月に2名を任用しました。

## 福祉健康課より 肺がん検診実施のお知らせ

6月8日に各地区を検診車が巡回し、肺がん検診が実施されます。

検査方法は胸部X線検査です。胸部X線検査の放射線被ばくによる健康被害はほとんどないとされています。しかし、王滝村の肺がん検診受診率は低い現状です。

肺がんはわが国のがんによる死亡原因の多くを占めるがんです。早期の肺がんは自覚症状がないことが多いため、検診で早期に発見する必要があります。

また、たばこを吸う人は肺がんで死亡するリスクが、たばこを吸わない人に比べて、日本人男性では約5倍、女性では約4倍高くなり、たばこを吸う年数、本数が多いほど肺がんになりやすくなり、たばこは喫煙者本人のみならず、周りの人(受動喫煙者)の肺がんリスクも上げます。

禁煙によってご自身と周りの人の肺がんリスクを下げることができます。

申し込みをしていない方で受診を希望される方は保健センター(48-3160)までご連絡ください。

がん検診に関する理解を深め、正しい知識を持って適切に受診しましょう。

## 令和5年度 長野県シニア大学木曾学部公開講座について

令和5年度 長野県シニア大学木曾学部では、4講座を開講いたします。興味のある地域の皆様はぜひ受講ください。

日付	曜日	会場	時間	講座科目	講師
5月25日	木	木曾合庁講堂	9:30~11:30	【2学年講座】 東山魁夷と木曾	県文化振興事業団 伊藤 羊子 様
7月25日	火	JA 木曾本所 会議室	9:30~11:30	【1学年講座】 木曾川水力開発の歴史と地球温暖化問題について	日本技術士会 森 茂雄 様
8月22日	火	木曾合庁 講堂	9:30~11:30	【1学年講座】 絵本の世界	日本国際児童図書評議会 さくま ゆみこ 様
9月5日	火	木曾合庁 講堂	9:30~11:30	【2学年講座】 島崎藤村と木曾	中山道歴史史料館長 西村 友孝 様

## ☆6月の保健センター行事予定☆

都合により日程が変更になることがありますのでご了承下さい。

日付	教室名	時間	場所
6月1日(木)	定期健康教室	10時00分~11時30分	保健センター
6日(火)	いないいないばあ	10時00分~11時30分	
7日(水)	男性健康教室	9時30分~12時00分	
8日(木)	肺がん検診	案内通知参照	案内通知参照
14日(水)	まめまめ運動教室	10時00分~11時30分	保健センター
19日(月)	脳元気教室	10時00分~11時30分	
20日(火)	ちびっこ広場	10時00分~11時30分	
21日(水)	健康サークル	10時00分~11時30分	
	こころの相談	13時30分~15時30分	
28日(水)	フレイル予防教室	10時00分~11時30分	
※新規にまめまめ運動教室・脳元気教室・フレイル予防教室に参加を希望する方は事前に申込が必要になります。保健センター(48-3155)にご相談下さい。			
※各種予防接種をご希望の方は事前予約をお願いします。			王滝村診療所

