

<https://kenkou-fukushima.jp/kenmincard>



## ふくしま健民カード

みんな笑顔で  
健康づくりコーナー

楽しく手軽に健康づくりに取り組みながら♪  
お得なご褒美を手に入れませんか？

健(検)診を受診で  
200ポイントGET!

### 「ふくしま健民カード」とは？

- 「ふくしま健民カード」とは、県内1,700の協力店で、割引やプレゼントなどのお得なサービスを受けられるカードです。
- 市町村が実施している「健康づくり事業」またはスマホアプリ「ふくしま健民アプリ」に参加して、健康づくりを一定期間継続して3,000ポイント集めると、カードを手に入れることができます。

## 参加方法は「アプリ」と「台紙」の2種類から選べます

### アプリで参加！

- ①お持ちのスマホに「ふくしま健民アプリ」をダウンロードしてください。
- ②毎日の歩数や体重などの記録、健康づくり事業への参加などによってポイントがたまります。
- ③基準ポイントに到達すると、アプリ画面上で「ふくしま健民カード」が表示されます。

アプリの  
ダウンロードは  
こちら👉



android 版



ios 版

### 台紙で参加！

- ①役場健康福祉課で「台紙」を受け取ってください。
- ②毎日の健康記録や健康づくり事業への参加を台紙に記録して、基準ポイントを達成したら、健康福祉課へ提出してください。
- ③基準ポイントに達している場合は、窓口で「ふくしま健民カード」をお渡しします。

## 協力店の得点内容

「ふくしま健民カード」の得点内容は協力店によってさまざまです。  
詳細は、右記により確認してください。  
「ふくしま健民アプリ」でも確認できます。

WEBから検索

ふくしま健民カード  
ウェブサイトへアクセス！

### お得な特典

かっぱ寿司…1グループお会計時5%割引  
JOYFIT(スポーツジム)…ご入会金額2,000円⇒無料  
などなど



## 健康診査・人間ドック予約はお済みですか？

いつまでも健康な毎を送るために「元気だから大丈夫」「いつか時間ができたら」と先延ばしせず、年に1度は健診を受診しましょう。

町では、下表のとおり、健診および人間ドックを実施しており、対象者には案内を送付しています。まだ予約されていない方は、早めの予約をお願いします。なお国民健康保険に加入している方で、特定健診や節目検診を受診する時点で他の保険証(社会保険など)に切り替わっている場合は受診することができませんのでご注意ください。

### ■健康診査・節目検診・後期高齢者医療人間ドックの健(検)診項目

|                    | 住民総合健診<br>(県民健診・特定健診・<br>後期高齢者健診・各種<br>がん検診)  | 施設健診   |   | 節目検診<br>(人間ドック)  | 後期高齢者医療<br>人間ドック   |
|--------------------|---|--|---|--|--|
|                    |   | 特定健診   | 後期高齢者健診   |  |  |
| 対象者                | 19歳以上の方<br>(年齢や加入している保<br>険によって受診できる<br>健診項目が異なります)   | 40歳から74歳<br>までの国民健康<br>保険加入者   | 後期高齢者医療<br>保険加入者                                  | 40歳・45歳・<br>50歳・55歳・<br>60歳・65歳・<br>70歳の国保<br>加入者                          | 75歳到達者<br>(受診できるのは<br>75歳の誕生日<br>以降)                         |
| 実施期間               | ・7月24日㊸から<br>7月28日㊸まで<br>・11月27日㊸   |  | 令和5年1月31日㊸まで                                      |  |  |
| 受診方法               | 健康福祉課に予約<br>(予約受付は終了してい<br>ますが、受診希望の方<br>はご連絡ください)  |  | 個人で実施医療機関に直接予約                                    |  |  |
| 持ち物                | 予約された方には必要<br>書類をお送りしますの<br>でご確認ください  | ①受診券<br>②保険証<br>③自己負担金<br>(1,000円)   | ①受診券<br>②保険証                                      | ①人間ドック<br>利用券<br>②保険証<br>③自己負担金<br>(検査費用の7割<br>を町で助成)                      | ①人間ドック<br>利用券<br>②保険証<br>③自己負担金<br>(検査費用の<br>3万円までを<br>町で助成) |
| 実施場所<br>実施医療<br>機関 | 多目的研修集会施設   | 石塚医院、かみや内科クリニック、<br>公立小野町地方総合病院、さいとう<br>医院、島貫整形外科、橋本医院<br>※田村市、三春町の医療機関はお<br>問い合わせください |   | 公立小野町地方総合病院、総合南東北<br>病院、坪井病院、太田熱海病院、寿泉<br>堂クリニック、ひらた中央病院、公立<br>岩瀬病院        |  |
| 注意事項               | 現在ご案内できる日程<br>は、7月の日程です。<br>予約されていない方は<br>受診できません。11月<br>の日程や予約などの詳<br>細については後日お知<br>らせします。 | 受診券は5月下旬に送付してい<br>ます。  | 予約ができたら<br>受診券を発行し<br>ますので、町民<br>生活課にご連絡<br>ください。 | 利用者申請書(ハガキ)を町に提出し<br>ただけでは予約は完了しません。必ずご<br>自身で医療機関に予約してから申請書<br>を提出してください。 |  |
| 問い合わせ<br>先         | 健康福祉課(☎72-6934)   | 町民生活課(☎72-6933)  |   |  |  |

それぞれの  
メリット

#### ◆住民総合健診

- ・特定健診・後期高齢者健診の検査項目が多い。
- ・がん検診などほかの検診も同日に受診できる。

#### ◆施設健診

- ・医療機関や日程を選んで受診できる。
- ・実施期間が長い。

## 公立小野町地方総合病院からのお知らせ

### 看護部ユニフォームを一新しました!!

「あら？ユニフォーム変わったのね。素敵ですよ。」外来でこんなお声を患者さんから掛けていただきました。

今年4月から看護師、看護助手のユニフォームを一新しました。医療職者は白！という固定観念は近年無くなってきており、より動きやすく、機能性に富み、カラフルな『スクラブ』と呼ばれるユニフォームが一般的となっています。当院の看護部も8年変わらなかったユニフォームを変更し、看護師はターコイズブルー、看護助手はパープルのユニフォームを着用しています。



色も鮮やかで病院内の雰囲気が明るくなったように感じます。

今後も患者さんやご家族からも一目でわかりやすいように各専門職員のユニフォームを見直していきます。

看護部長 久保木 優佳

☎公立小野町地方総合病院 ☎72-3181

## 地域包括支援センターからのお知らせ

### ー ささえ合いの地域づくりを応援していますー

地域包括支援センターでは、元気な高齢者はもちろん、支援が必要になっても生きがいを持って自分らしく暮らし続けられる「地域づくり」を目指す取り組みを応援しています。

小野町では、誰でも参加できる集いの場として19の地区で「あったかサロン」が開催されています。今回は、荒町サロンを紹介します。



#### 〈荒町サロン〉

参加者はそれぞれが会場へ集い、時間になるとラジオ体操やオリジナル体操を行い体をほぐしていきます。荒町サロンは、スカットボールやポッチャを取り入れ楽しく活動しています。参加された皆さんは「体を動かすことが目的だが、作戦もあり脳トレになる」と笑顔で話されていました。代表の方から「荒町サロンは老人会や婦人会と連携していることから、いろいろな面で協力して活動している」と紹介いただきました。これからも地域の「あったかサロン」を紹介していきます。

☎地域包括支援センター  
☎72-2128

## 当 番 医

### 休日当番医

| 月日      | 当番医        | 所在地    | 電話番号    |
|---------|------------|--------|---------|
| 7月 24日⑩ | 石川医院       | 三 春 町  | 62-2630 |
| 31日⑩    | のざわ内科クリニック | 三 春 町  | 61-1500 |
| 8月 7日⑩  | 青山医院       | 田村市常葉町 | 77-2015 |
| 11日㊟    | かみや内科クリニック | 小 野 町  | 72-3212 |
| 14日⑩    | 秋元医院       | 田村市船引町 | 82-1514 |
| 21日⑩    | 春山医院       | 三 春 町  | 62-3239 |

●夜間診療所および休日当番医で受診する場合は、必ず  
事前に電話確認の上、受診してください。

●詳しい情報は「ふくしま医療情報ネット」の「休日当番  
医をさがす」をご確認ください。

ふくしま医療情報ネット

<https://www.ftmis.pref.fukushima.lg.jp/>



### こども救急電話相談

#### ◆受付時間

午後7時から翌朝8時まで(年中無休)

#### ◆電話番号

〈短縮ダイヤル〉☎#8000

〈一般ダイヤル〉☎024-521-3790

#### —発熱などの症状がある方へ—

まず電話で「かかりつけ医」や身近な医療機関  
へご相談ください。かかりつけ医がない場合や  
どこに相談してよいか分からない場合は、「受診・  
相談センター」にご相談ください。

#### ◆受診・相談センター

(平日・休日問わず24時間対応)

☎ 0120-567-747



### 田村地方夜間診療所の当番医

田村地方夜間診療所では、田村地方の医療  
機関が交替で診療しています。

**新型コロナウイルス感染症拡大の状況によ  
り診療の状況が変更になる可能性があるた  
め、下記に電話をしてから受診してください。**

#### ◆診療場所

田村市船引町船引字源次郎68番地2  
(福祉の森公園地内)

☎0247-81-2233

#### ◆受付時間

午後7時から午後9時30分まで

| 月日      | 当番医            |
|---------|----------------|
| 7月 11日⑩ | なごみファミリークリニック  |
| 12日㊟    | かとうの内科クリニック    |
| 13日㊟    | 石川医院           |
| 14日㊟    | さとう耳鼻咽喉科クリニック  |
| 15日⑤    | 島貫整形外科         |
| 19日㊟    | 橋本医院           |
| 20日㊟    | 清水医院           |
| 21日㊟    | 東部台こどもクリニック    |
| 22日⑤    | まつざき内科胃腸科クリニック |
| 25日⑩    | 船引クリニック        |
| 26日㊟    | 秋元医院           |
| 27日㊟    | 青山医院           |
| 28日㊟    | 石塚医院           |
| 29日⑤    | のざわ内科クリニック     |
| 8月 1日⑩  | のざわ内科クリニック     |
| 2日㊟     | 三春病院           |
| 3日㊟     | 白岩医院           |
| 4日㊟     | 遠藤医院           |
| 5日⑤     | 矢吹医院           |
| 8日⑩     | なごみファミリークリニック  |
| 9日㊟     | 雷クリニック         |
| 10日㊟    | 石川医院           |
| 12日⑤    | かとうの内科クリニック    |
| 17日㊟    | 清水医院           |
| 18日㊟    | さとう耳鼻咽喉科クリニック  |
| 19日⑤    | 東部台こどもクリニック    |

## 各種健診・教室などの日程

| 内 容   |   | 日 時                                     | 場 所   | 申し込み・問い合わせ先                        |
|-------|---|---|---|------------------------------------|
| 乳幼児健診 | 3歳児健診<br>平成31年1・2・3月生まれのお子さんが対象です。            | 8月5日(金)                                 | 子育て支援課<br>キッズルーム                                  | 子育て支援課<br>☎72-2212                 |
|       | 5歳児健診<br>平成29年6・7月生まれのお子さんが対象です。              | 7月27日(水)                                |   |                                    |
| 親子の教室 | おやこの食育教室<br>就学前のお子さんの食事や離乳食について相談を行います。       | 7月22日(金)                                | ・子育て支援課<br>キッズルーム<br>・子育て世代包括支援センター分館(旧夏井おおすぎ保育園) |                                    |
|       | 親子ふれあい教室<br>就学前のお子さんとその家族の遊びの教室です。            | 8月18日(木)                                |   |                                    |
|       | ママのリフレッシュ教室<br>産前・産後・子育て中のお母さんを対象に体操教室を実施します。 | 8月8日(月)                                 | 子育て支援課<br>キッズルーム                                  |                                    |
|       | すくすく発達教室<br>発育や発達の相談、親子遊びや保護者の交流の場として開催します。   | 7月15日(金)                                | お問い合わせ<br>ください                                    |                                    |
| 健康づくり | 夜間ヘルスアップ運動教室<br>運動不足解消を目的としたストレッチや有酸素運動を行います。 | 7月14日(木)<br>21日(木)<br>28日(木)<br>8月4日(木) | 19:00~20:30<br>※要申し込み                             | B&G海洋センター<br><br>健康福祉課<br>☎72-6934 |
|       | フィットネスクラブ<br>ヨガなどを中心とした運動を行います。               | 7月29日(金)<br>8月5日(金)<br>8月19日(金)         | 19:00~20:30<br>※要申し込み                             |                                    |
|       | ヘルスアップ運動教室<br>60歳以上を対象に介護予防を目的とした運動を行います。     | 7月29日(金)<br>8月5日(金)<br>8月19日(金)         | 10:00~11:30<br>※要申し込み                             |                                    |



— ありがとうございます —  
— ございました —

多目的研修集会施設  
周辺の奉仕作業が行  
われました

多目的研修集会施設周辺の  
奉仕作業が6月25日に行われ  
ました。

これは、同施設の利用者の  
皆さんが主体となって、普段  
利用している施設を美しくし  
ようとしているもので、約  
50人の方々が参加しました。  
ご協力いただいた皆さんに  
深く感謝申し上げます。

## お誕生おめでとう

(敬称略)

| 届出月 | 氏名                        | (父・母)    | 行政区 |
|-----|---------------------------|----------|-----|
| 5月  | 草野 <small>たかむね</small> 隆宗 | (忠世・紗百合) | 荒町  |
|     | 佐藤 <small>まどか</small> 圓夏  | (雅臣・福子)  | 湯沢  |

## おくやみ申し上げます

(敬称略)

| 届出月 | 氏名    | 年齢  | 行政区  |
|-----|-------|-----|------|
| 5月  | 駒木根由政 | 63  | 本町   |
|     | 宗方千恵子 | 89  | 荒町   |
|     | 吉田 孝  | 73  | 荒町   |
|     | 白石ヤス子 | 101 | 谷津作  |
|     | 吉田カネヨ | 85  | 飯豊上  |
|     | 吉田 倉子 | 88  | 飯豊上  |
|     | 佐藤 新治 | 67  | 浮金   |
|     | 齊藤 太三 | 90  | 夏井   |
|     | 横田キヨ子 | 90  | 南田原井 |

## 町税等納期のご案内

納期限 **8月1日** (月)

|         |    |
|---------|----|
| 固定資産税   | 2期 |
| 国民健康保険税 | 1期 |
| 介護保険料   | 1期 |

※口座振替の方は、納期限の前日までに口座残高の確認をお願いします。

◆町では口座振替での納付を推進しています  
口座振替は、指定の口座から納期限日に自動的に振り替えて納付できる便利な制度です。ぜひご利用ください。なお利用するためには申し込みが必要です。申し込み方法の詳細については、役場税務課へお問い合わせください。

◆コンビニエンスストアやスマートフォン決済アプリでも納付できます

ただし納付書1枚の金額が30万円を超えたり、納期限後30日を経過した納付書は使用できません。

詳しくは、町公式ウェブサイトをご覧ください。



## 食品などの放射能測定結果

町で実施している簡易検査、非破壊式測定器による検査結果(5月分)をお知らせします。

### ■非破壊式測定器による測定結果

| 区分                             | 検体数 | 検体名     | 測定結果<br><small>ベクレル</small><br>(Bq/kg) |
|--------------------------------|-----|---------|--|
| 基準値を超えたもの                      | 0   | —       | —                                      |
| 基準値未満<br>または<br>検出限界値<br>以下のもの | 4   | 井戸水、引き水 |  |
|                                | 1   | ウド      |  |

※測定結果の値は、セシウム134およびセシウム137の合計値です。

### 食品中の放射性物質(セシウム)の基準値

|          |   |          |
|----------|---|----------|
| 飲料水      | … | 10Bq/kg  |
| 牛乳・乳幼児食品 | … | 50Bq/kg  |
| 一般食品     | … | 100Bq/kg |

### ◆検査を希望される方へのお願い

- ①検体を持参するときは、土やごみなどの汚れはきれいに洗い流し、すぐに調理できる状態にしてください。
- ②検体は必ず1キログラム持参してください。量が少ないと正確な値が出ない場合があります。

健康福祉課 ☎ 72-6934

## 上水道水質検査結果

6月に実施した水道水の水質検査の結果は、次のとおりです。

| 試験項目     | 水質基準        | 試験結果     |
|----------|-------------|----------|
| 一般細菌     | 100CFU/ml以下 | 0 CFU/ml |
| 大腸菌      | 検出されないこと    | 検出せず     |
| 塩化物イオン   | 200mg/l以下   | 10mg/l   |
| 有機物(TOC) | 3mg/l以下     | 0.7mg/l  |
| PH値      | 5.8~8.6     | 7.0      |
| 味        | 異常でないこと     | 異常なし     |
| 臭気       | 異常でないこと     | 異常なし     |
| 色度       | 5度以下        | 0.5度未満   |
| 濁度       | 2度以下        | 0.1度未満   |

地域整備課 ☎ 72-6936

### ■町の人口・世帯数( )内は前月比 令和4年7月1日現在

|     |   |              |
|-----|---|--------------|
| 人口  | 男 | 4,492人 (2人)  |
|     | 女 | 4,565人(△3人)  |
|     | 計 | 9,057人(△1人)  |
| 世帯数 |   | 3,377世帯(7世帯) |

# おのまち サマーイルミネーション Summer Illumination



★2018年冬イルミネーションの様子です。

町の中心部「小野町文化公園」を鮮やかに彩ります。  
期間中は夏まつりも開催されます。  
小野町の夏の魅力を満喫してください。

点灯期間

7/23<sup>①</sup> ▶ 8/21<sup>②</sup>

19:00 ~ 22:00

点灯式

7/23<sup>①</sup>

19:30 ~



この印刷物は、FSC®の基準に準って認証された適切に管理された森林からの木材を含んだ用紙で印刷されています。

※イルミネーション鑑賞時は、マスクを着用し一人ひとり基本的な感染対策を徹底した上でお楽しみください。