



保健

健康診断結果のお悩みお答えします

町実施の集団健診、個別健診、職場健診などさまざまな形で健康診断を受けている人で、結果が届いても「健診結果の見方がよく分からない」「数値が異常といっても何に注意すればいいの？」など、そんな疑問や悩みはありませんか。

保健係は健診結果をもとに、皆さんに合った健康維持・向上の方法と一緒に考えます。来庁、訪問による相談も受け付けていますので、事前にお電話でご相談ください。

問保健福祉課保健係



健康講演会開催のお知らせ

私たちの体は日々食べたものでできていて、健康的な生活には毎日の食事が不可欠です。

近年、注目されている時間栄養学の観点から「いつ、何をどんなふう食べる」といふ「疑問」にお答えする健康講演会を開催します。



社会福祉

青少年のスマートフォン利用対策

満18歳未満の子どもにスマートフォンなど、インターネット接続機器を利用させる場合、保護者の人は次の点に気をつけましょう。

インターネットを正しく利用する

SNSを利用した子どもたちが言葉巧みに誘い出され、トラブルに巻き込まれる深刻な事件が発生しています。インターネットに関する知識、情報モラル、コミュニケーション能力を親子で身につけ、正しく利用しましょう。

家庭のルールを作る

長時間利用によるネットの依存症も増加しています。適切な生活習慣が身につけられるよう、子どもたちと一緒に話し合い「利用時間は夜9時まで」など、具体的な家庭のルールを作りましょう。

フィルタリングなどを設定する

フィルタリングは、知識が十分でない子どもたちが、不用意に違法、有害サイトにアクセスしないよう制限する機能です。子どもたちが事件、事故に巻き込まれないよう、スマートフォンなどには必ずフィルタリングを設定しましょう。

トラブル事例集を活用する

実際に起きたトラブル事例が掲載

健康的な生活に大切な「食べること」を一緒に考えてみませんか。体重が気になり始めた人、家族の健康を守りたい人など、多くの方に役立てていただける内容です。ぜひご参加ください。

いつ、何を食べたらいいの？

食事に関する「時間」のこと

日時 2月12日(水)

13時30分～15時30分

場所 町民センター2階会議室

内容

- ・健康講話 札幌保健医療大学 百々瀬いづみ准教授
- ・資料展示 さまざまな資料、モデルなどの展示
- ※事前の申し込みをお願いします。また、先着でお役立ちアイテムをプレゼントします。

問保健福祉課保健係



安全

サイバー空間の脅威に対する社会全体の対処能力の強化

ネットの影に潜むサイバー犯罪

あなたを守るサイバーセキュリティ ネットバンキングに係る不正送金、偽サイトのフィッシング詐欺など、皆さんの生活を脅かすサイバー犯罪の危険性が大きく取り上げられています。



サイバー犯罪の被害に遭わないように次の対策を実施しましょう。

- ・パソコンやスマートフォンには、ウイルス対策ソフトをインストールする。
- ・パソコンの基本ソフト（OS）やウイルス対策ソフトは、常に最新の状態でしておく。
- ・身に覚えのないメールの添付ファイルやURLは開かない。
- ・不必要なアプリや信頼のおけないサイトからソフトウェアをダウンロードしない。
- ・定期的にバックアップデータを保存する。
- ・IDやパスワードは、自分自身でしっかり管理する。
- ・オンラインショップでの買い物では、そのサイトが本物かどうかよく確認する。
- ・サイバーセキュリティは、一つの対策を講じれば大丈夫というわけではありません。
- ・複数の対策を併用してインターネットを安全に利用しましょう。

問興部警察署 ☎ 82・2110

冬道での交通事故防止

ストップ・ザ・交通事故
「めざせ 安全で安心な北海道」
余裕を持った運転を

冬道は天候状況や積雪による渋滞が発生するなど到着までに時間がかかります。天気や道路状況を事前に把握して、時間に余裕を持って出発しましょう。

スピードダウンと慎重な運転を

冬道では、スリップによる正面衝突の交通事故が多発しています。スピードダウンと路面状況にあわせた慎重な運転を心がけましょう。

交差点に注意

雪山で見通しが悪い交差点などでは「車が来ているかもしれない」「歩行者が横断しているかもしれない」と危険を予測して、徐行と安全確認を徹底しましょう。

悪天候に注意

吹雪や大雪など悪天候時の運転は、吹きだまりや視界不良による立ち往生等の危険が伴いますので、不要な外出は控えましょう。

問興部警察署 ☎ 82・2110



○町道民税、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税の納付について

問税財管理課収納係

○後期高齢者医療保険料、介護保険料の納付について

問保健福祉課保険給付係



表彰

北海道社会貢献賞受賞

元雄武町議会議員の館山光司氏が、自治功労者として北海道社会貢献賞を受賞されました。



↑石井町長（左）と館山光司氏（右）

Information

手続きはお済みですか？

昨年の広報おうむ12月号でお知らせしていますが、町では、高齢者などの冬の生活支援事業として、対象世帯に15,000円分の助成券を交付しています。該当となる世帯でまだ申請されていない世帯につきましては、お早めに申請願います。

●対象世帯

本年度町民税非課税世帯で、元年11月1日現在、雄武町に住居登録があり、次のいずれかに該当する世帯（生活保護世帯・福祉施設等入所者世帯・医療機関入院世帯は除く）

- ・70歳以上のみの高齢者世帯
- ・障害者手帳（身障1～2級・療育A判定・精神1級）を持っている人がいる世帯
- ・ひとり親世帯

●助成額

15,000円分の助成券（1,000円×15枚）

●助成券で購入できる品目

灯油、石炭、まき、暖房器具、冬用衣料、防寒具

●受付終了日

令和2年2月28日(金)※土、日、祝日は除く

●受付場所・問い合わせ

役場庁舎別館 保健福祉課社会福祉係