



健康づくり活動を推進する保健推進委員がいます

【問い合わせ】
健康づくり課(☎23-3121)

保健推進委員は、各地区の行政区長の推薦に基づき355人が市長から委嘱されています。
地域づくりのリーダーとして、また地域住民と健康づくり課を結ぶパイプ役として健康づくり活動を行っています。

主な保健推進委員の活動内容

■健康について学び、実践する

まず自分自身が健康への意識を高め、自分が元気になるなら家族や職場、地域に広めていきます。また、健康づくりに関する基礎知識を習得するため、各種講座や研修会へ積極的に参加。健康に関する理解を深め実践します。

■市の健康づくり事業への協力

担当する地域で、がん健診や特定健康診査のお知らせなど、健診(検診)がスムーズに進むように協力します。
※現在は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、協力を控えています

■家族や地域に健康づくりに関する情報を伝える
学んだ知識を生かして、家庭や職場、地域の集会など、さまざまな機会に話題にすることで情報を伝えます。サロンや通いの場などでその役割を担っている委員もいます。

保健推進委員からひと言

保健推進委員の活動には、健康についての講演・研修が多くあり、思ってもみない良い経験や知識を得られます。専門の人から直接お話を伺える貴重な機会ですので、これから楽しみに活動していきたいです。自分自身の健康状態を知るきっかけは健康診査を受けることから。本年度はコロナ禍で思うような活動ができず残念ですが、健康でより良い生活を過ごせるようお手伝いしたいと思います。これから2年間よろしく願いいたします。



花巻市保健推進委員協議会会長
諏訪 なみ子 さん

1 団体当たり 上限20万円

団体が所有する備品の修繕や更新などを支援 まつり山車団体継続支援事業

市では、令和3年度以降の山車運行継続に向け、まつり山車団体が実施する備品の修繕や山車の保管などに要する経費の一部を支援しています。

■対象 令和元年度に開催された次のいずれかのまつりに参加し、令和3年度以降もまつり山車を運行する団体
▶花巻まつり▶あんどんまつり▶石鳥谷まつり▶土沢まつり

■補助対象経費 次のいずれかに該当する経費
▶山車の修繕に要する経費▶ちょうちん、装束、笛、太鼓、三味線など、山車の運行に係る物品の修繕または更新に要する経費▶山車の保管に要する経費▶山車小屋の修繕に要する経費一など

■補助対象期間 4月1日(水)～令和3年1月15日(金)

■補助率・上限額 10分の10(1団体当たり上限20万円)

■申請期限 令和3年1月15日(金)

■申請方法 申請書に必要事項を記入の上、▶費用内訳書▶費用内訳書の内容が確認できる書類(見積書、納品書、発注書、領収書などの写し)一などを添えて、郵送で下記へ提出

*申請様式などは、市ホームページに掲載しています



市ホームページ
QRコード

【問い合わせ・申請】本館観光課(☎025-8601 花城町9-30 ☎41-3542)



インフルエンザにご注意を

【問い合わせ】
健康づくり課(☎23-3121)

インフルエンザは例年12月～3月ごろ流行し、1月～2月に流行のピークとなります。主な感染経路は、感染者のせきや、くしゃみを吸い込む飛沫感染と、ウイルスの付いた手で口や鼻を触る接触感染です。新型コロナウイルス感染症との同時流行を防ぐためにも、次のことを心掛けましょう。

■流行前のワクチン接種

インフルエンザの発症を抑える効果がある程度あり、発症した場合でも重症化を防ぐ効果があります。接種後、効果が出るまでに2週間程度かかるので、早めの接種が大切です。
※市では高齢者(対象者には通知済み)、子ども、妊婦のインフルエンザ予防接種費用の一部を補助しています

■マスクの使い方

- ①顔のカーブにしっかりとフィットするものを使う
- ②マスクを使用しているときや外すときは、口周りのフィルターに触れないように気を付ける

■外出後の手洗いなど

流水とせっけんによる手洗いや、アルコールによる手指消毒、うがいが効果的です。

■適度な湿度の保持

加湿器などを使って適度な湿度(50～60%)を保ちましょう。小まめに水分を取り、のどを潤すことも大切です。

■十分な休養と栄養

体の抵抗力を高めるために、十分な休養とバランスのとれた食事を心掛けましょう。

■人混みを避ける

人混みに入るのを極力避け、外出する場合は感染予防のためにマスクを着けましょう。

■症状が出たら

38度以上の高熱や体のだるさ、関節痛など、インフルエンザのような症状が出た場合は、受診の前に必ず医療機関に電話で相談してください。

結婚サポートセンター「i-サポ」を紹介します

i-サポは、結婚を願う男女の出会いを手助ける、会員制のお見合いサポートセンターです。運営は公益財団法人「いきいき岩手支援財団」が行い、県をはじめ本市も運営に協力しています。「結婚したいけれど、なかなか出会いがない」という人のほか、「将来、結婚をきっかけに県内に居住したい」と考えている県外在住の人にもお勧めです。

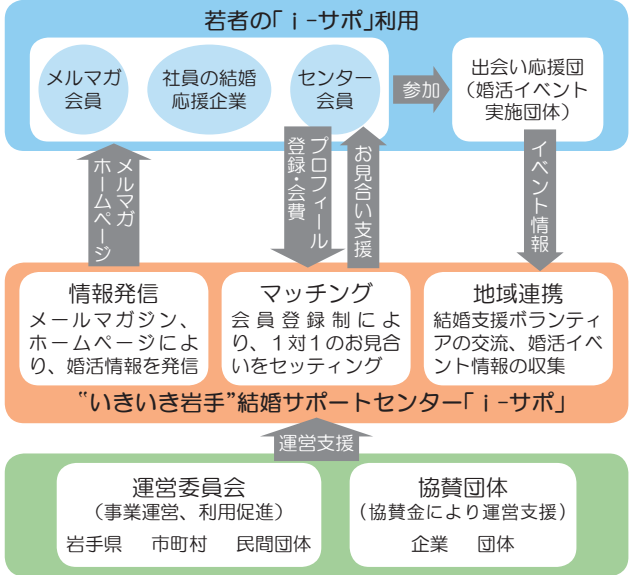
■入会条件

- 20歳以上で独身の人
- 県内に在住もしくは在勤している人、または結婚後に相手の人と県内に居住できる人

■登録料 1万円
※会員登録期間は2年間

■登録方法
電話予約の上、必要事項を記入した入会申込書をi-サポにお持ちください。
※入会申込書は、i-サポで配布しているほか、ホームページ(<http://www.ikiiki-iwate.com/>)にも掲載しています

若者の「i-サポ」利用



若者の「i-サポ」利用フローチャート:
1. メルマガ会員、社員の結婚応援企業、センター会員が参加。
2. メルマガ会員はメルマガページで情報発信。
3. センター会員はプロフィール登録とマッチング。
4. 社員の結婚応援企業は地域連携。
5. 参加者は出会い応援団(婚活イベント実施団体)に参加。
6. イベント情報はイベント情報収集。
7. 運営支援: 運営委員会(事業運営、利用促進)と協賛団体(協賛金により運営支援)がサポート。

【問い合わせ】

- i-サポ盛岡(☎020-0024 盛岡市菜園1-3-6 農林会館6階 ☎019-601-9955)
- i-サポ奥州(☎023-0801 奥州市水沢区横町2-1 メイフル2階 ☎0197-34-1188)