

『健康は食から 歯から 元気から』



口は食べる時の入り口であるばかりでなく、話す、表情を豊かにするなど元気で楽しい生活の要です。正しい歯みがきをして、歯と口の中の清潔を保ちましょう。

◆あなたは大丈夫？歯周病のチェックポイント

歯を失う原因の半数は歯周病です。次の項目を確認してみてください。このうち、一つでも該当する人は歯科医院を受診して早めの治療を心がけましょう。

- ①歯ぐきのはれている
- ②起きたときに歯ぐきから出血している
- ③唾液に血が混じっている
- ④歯がグラグラする
- ⑤口臭がある
- ⑥歯と歯ぐきの間によくモノがはさまる
- ⑦歯垢や歯石がついている
- ⑧歯ぐきの色が変わってきた

◆歯と口の健康啓発標語・作文募集

80歳で20本の歯を保つことを目的とした8020運動の

標語と作文を募集します。

内容：むし歯や歯周病にならないように実践していることや口腔全体の健康に関すること（作文は400字詰め原稿用紙5枚以内）

応募方法：住所・氏名を明記の上、6月10日（月）までに保健センターへ郵送（〒289-2144 匝瑳市八日市場12408番地1）または持参（小学生・中学生部門は各学校へ提出）してください。

問 健康管理課 ☎73・1200

各種がん検診（第2回）

検診を受けましょう

第2回の各種がん検診（胃がん・胸部レントゲン・前立腺がん・肝炎ウィルス）を下記の日程で実施します。

6月20日（木）までに受診票が届かない場合、左記までご連絡ください。

対象者、登録方法、その他の日程など、詳しくは広報3月号8ページをご覧ください。

問 健康管理課 ☎73・1200

| 7月実施日 | 実施時間 | 対象地区 | 会場 |
|--------|-------|-------------|----------|
| 4日（木） | 午前のみ | 吉田地区 | 保健センター |
| 7日（日） | 午前・午後 | 椿海地区 | |
| 8日（月） | 午前・午後 | 平和地区 | |
| 9日（火） | 午前・午後 | 野田地区（野手） | 野栄福祉センター |
| 10日（水） | 午前のみ | 野田地区（今泉・新城） | |
| 12日（金） | 午前のみ | 受診できなかった人 | |

あなたの健康は家族のしあわせ

人間ドックを受けませんか

国民健康保険加入者または後期高齢者医療保険加入者で、次の要件に該当する人は、検査費用の3割負担で人間ドックが受けられます。なお、国保特定健診または後期高齢者健診との重複受診はできませんのでご注意ください。

◆国民健康保険加入者

- ①国保加入期間が1年以上
- ②受検時の年齢が30歳以上
- ③国民健康保険税完納世帯
- ④前回の人間ドックから概ね1年以上経過

◆後期高齢者医療保険加入者

- ①後期高齢者医療保険の被保険者（匝瑳市）
- ②後期高齢者医療保険料に未納がない人
- ③前回の人間ドックから概ね1年以上経過

◆自己負担額（日帰りコース）

男性50歳以上：15,220円、男性50歳未満および女性：14,320円

◆検査機関および申込窓口
匝瑳市民病院 ☎72・1525
問 市民課 ☎73・0086

決定通知書を送付します

平成25年度の介護保険料額

今年度の介護保険料額が決定しましたので、今月中旬に決定通知書をお送りします。

特別徴収の人は、年金支給月に年金から介護保険料が差し引かれます。普通徴収の人は、同封の納付書により、近くの金融機関や郵便局、コンビニなどで納めてください。

口座振替の人は、各納期限日に口座から保険料が引き落とされます。

特別な理由もなく保険料を納めずにいると、滞納期間に応じて保険給付が制限される場合があります。なお、災害や著しい所得の減少などの理由により納期限までに納められないときは、下記までご相談ください。

◆新たに65歳になった人

今年の4月2日以降に65歳になった人は、年金からはまだ差し引かれませんが、納

付書により納めてください。

◆口座振替をお勧めします

普通徴収の人は、口座振替を利用すると納期ごとに納めに行く手間が省け便利です。申し込みは、口座のある金融機関または郵便局に、通帳、通帳届出印、納入通知書を持参し、手続きをしてください。

問 市民課保険料班
☎73・0086

土地所有者の責務

空き地の管理は適正に

空き地などで雑草が繁茂した状態を放置すると、病害虫の発生やごみの不法投棄だけでなく、たばこのポイ捨てによる火災の原因にもつながり、生活環境が著しく損なわれてしまいます。また、空き地から道路上に雑草がせり出している場合や交差点付近では見通しが不良になり、交通事故の原因にもなります。

環境美化の観点からも適正に管理する必要がありますので、空き地の所有者(管理者)は定期的な除草や清掃を行ってください。

なお、除草剤や殺虫剤を使用する場合は、使用方法などを順守し、事前に近隣に周知をお願いします。

☎環境生活課環境班 ☎73-0088

飼い主の責任で正しく飼いましょう

6月は「動物の正しい飼い方推進月間」

次のことに注意して、動物を正しく飼いましょう。

- ①動物を飼う前に、まずは飼える環境であるかどうか、よく考えましょう。
- ②動物には迷子札などを付け、飼い主がわかるようにし、犬には登録鑑札と狂犬病予防注射済票をつけましょう。
- ③犬の放し飼いは禁止されています。犬を運動させる場合は、犬を制止できる人が短い引き綱で行いましょう。
- ④猫は屋内で飼いましょう。他人への迷惑防止のほか、病気や交通事故の危険から猫を守ることができます。
- ⑤飼っている動物のふん尿は、飼い主が責任を持って処理しましょう。
- ⑥飼うことのできない子犬、子猫を増やさないために不妊去勢措置をしましょう。
- ⑦動物は最後まで責任をもって面倒を見ましょう。どうしても飼えなくなった場合は、新しい飼い主を探してください。見つからない場合でも、絶対に捨てずに保健所または動物愛護センターに相談してください。

※愛護動物を傷つけたり捨てたりすると刑罰が科されることがあります。動物は命あるものです。人と動物との共生に配慮して接しましょう。

☎環境生活課環境班 ☎73-0088、海匠保健所八日市場地域保健センター ☎72-1281、千葉県動物愛護センター ☎0476-93-5711

蛇口をすべて閉めた状態で、パイロット(銀色の部分)が少しでも回っていたら要注意



今年の水道週間のスローガンは「復興の 未来と生命 (いのち) 照らす水」です。
◆家庭でできる漏水チェック
 最近、宅地内の漏水が増えています。配管や器具が古くなったことや地震の影響と思われる。
 次の要領で月に1回はご家庭で調べてみてください。
 ①宅地内にある蛇口を全部閉め、水が流れていない状態にする。
 ②メーターボックスのふたを開け、メーターのパイロットを確認する。

6月1日(土)～7日(金) 第55回「水道週間」

パイロットが停止していれば漏水はしていませんが、回転している場合は漏水の可能性があります。早めに「指定給水装置工事事業者」に、調査・修理を依頼してください。 ※漏水調査費用および修理代金は、お客様の負担となります。アパートなどにお住まいの人は、大家さんにご連絡をお願いします。

◆水道施設の見学会

生きていく上で欠かすことのできない水について関心を高めてもらうため、八日水道企業団では、水道週間にあわせて施設見学会を実施します。普段あまり見ることがない水道施設を、この機会にぜひご見学ください。

詳細や参加希望などについては、左記までお気軽にお問い合わせください。

実施場所：八日市場配水場(匝瑳市生尾10番地)

見学概要：水を送るしくみ、安全な水を管理するシステム、利き水など

◆申問八日水道企業団

☎73-3171

6月は「環境月間」

ストップ・ザ・不法投棄

◆自分の土地を守るのは自分です

個人の土地に廃棄物が捨てられ、それを捨てた人がわからない場合は、原則としてその土地の所有者が撤去しなければなりません。

土地を所有する人は、適正管理に努めましょう。

- ・こまめに草刈りをし、見通しの利く状態にしておく。
- ・進入防止柵や不法投棄禁止などの掲示板を設置する。
- ・定期的に見回りをするなど、常に土地の状態を把握する。

◆不審な現場を見かけたら通報を

- ・工事現場でもないのに重機を使って穴を掘っている。
- ・早朝や深夜に見かけないダンプが出入りしている。

【通報・問い合わせ】

海匠地域振興事務所地域環境保全課 ☎64-2825

産廃県民ダイヤル(夜間、休日の緊急連絡先)

☎043-223-3801
 環境生活課環境班 ☎73-0088