

臨時福祉給付金及び年金生活者等支援臨時福祉給付金 (障害・遺族年金受給者向け給付金) について

平成28年度臨時福祉給付金及び年金生活者等支援臨時福祉給付金(障害・遺族年金受給者向け給付金)の申請期限は12月28日(水)までです。

支給対象者(世帯)に申請書類を送付していますので、申請される場合にはお早めに手続きしてください。

【臨時福祉給付金】

○支給対象になる方(すべての条件を満たす方)

- ・平成28年度の住民税(均等割)が課税されていない方
- ・平成28年度の住民税(均等割)が課税されている方の扶養親族等になっていない方
- ・生活保護費等を受給されていない方

○支給額 1人につき3,000円

【年金生活者等支援臨時福祉給付金】

(障害・遺族年金受給者向け給付金)

○支給対象になる方

- ・平成28年度臨時福祉給付金の対象者のうち、平成28年5月分の障害基礎年金や遺族基礎年金等を受給している方
- ※年金生活者等支援臨時福祉給付金(高齢者向け給付金)(3万円)を受給した方は対象になりません。

○支給額 1人につき30,000円

※支給対象と思われるのに申請書類が届かなかった場合は住民生活課に問い合わせください。

◆申請・問い合わせ先 住民生活課 ☎341-8512

12月4日から10日は「人権週間」です

国際連合は、世界人権宣言採択を記念して、採択日の12月10日を「人権デー」と定め、人権擁護活動を推進するための各種行事を実施するよう呼びかけています。

法務省と全国人権擁護委員連合会は、昭和24年から毎年12月10日の人権デーを最終日とする1週間を人権週間と定め、人権尊重思想の普及高揚のための啓発活動を全国的に展開しています。

村では、特設人権相談所を開設し人権擁護委員が相談をお受けします。

相談は無料で秘密は守りますので、お気軽にご相談ください。

特設人権相談所

○日時 12月7日(水) 午前9時～正午
午後1時～3時

○場所 平林会館1階料理講習室

◆問い合わせ先 仙台法務局人権擁護部 ☎225-5739
住民生活課 ☎341-8512



「障害者差別解消法」を知っていますか? 12月3日から9日は「障害者週間」です

この法律は、「不当な差別的取り扱い」を禁止し、「合理的配慮の提供」を求めています。そのことによって、障害のある人もない人も共に暮らせる社会を目指しています。

●「不当な差別的取扱いの禁止」とは

国・県・市町村や会社、お店等の事業者が障害のある人に対して、正当な理由なく障害を理由として差別することを禁止しています。

●「合理的配慮の提供」とは

国・県・市町村や会社、お店等の事業者に対して、障害のある人からバリアを取り除くために何らかの対応を必要としている意思が伝えられたときに、負担が重すぎない範囲で対応することを求めています。

第2次おおひら健康プラン21 シリーズ⑧

次世代の健康分野

平成26年度の学校保健統計において、村の6歳から14歳の肥満の割合は全国・県平均よりも高くなっています。また、成人の肥満も少しずつは減少していますが、全国・県平均よりも高い割合です。

どうして肥満は良くないの?

肥満は体重が増えることではなく、体脂肪が過剰についている状態のことです。

特にお腹回りの内臓脂肪が多いと、痩せている方でも高血圧や糖尿病、脂質異常症などの原因となり、動脈硬化が進みます。

そのまま放置すると、将来的には脳血管疾患や心疾患等の大きな病気に発展しやすくなります。肥満は万病の元と言えるのです。

子どもの頃の肥満は大人の肥満につながるの?

肥満は体脂肪が過剰についていることから、子どもの頃から体脂肪が多いと体の成長とともに体脂肪も大きくなり、大人になってからも多くの場合は肥満につながります。

また、肥満は遺伝するとも言われますが、実際は「遺伝は3割、生活習慣や環境が7割」です。家族が同じような体型になるのは、食事のメニューや食べる量、生活スタイルが大きく影響しています。

目標：家族みんなで健康づくりに取り組みましょう

早寝・早起き・朝ごはん

家族みんなでよい生活リズムを身に付けましょう。

夜遅くまで起きていると、十分な睡眠が取れないので次の日の午前中はぼーっとして集中力がなくなります。

また、お腹がすき夜食などを食べてしまうと、起きたときにお腹がすいていないので、朝ごはんが食べられなくなってしまいます。この悪循環を繰り返していると、脂肪をためやすい体質になってしまいます。

さらに、朝食を抜くと食事の回数が2回になり栄養のバランスも崩れてきます。また、夕飯をたくさん食べると、エネルギーが消費されずに脂肪としてたまっていきます。

こういった習慣が肥満の原因になるので、早寝・早起き・朝ごはんを心がけましょう。



体を使った遊びをたくさんしましょう

家の中でテレビを見たり、ゲームばかりしていませんか?外に出て、散歩をしたり、公園で遊んだり、体育館でスポーツをしたり、体を動かしましょう。

◆問い合わせ先 健康福祉課 ☎345-0253