

大好評！ シニア講座「元気福袋」in 福田

福袋のように毎週いろいろな介護予防講師の講座を受けることができる、全10回の健康教室です。

好評につき今年度も開催決定！ フレイル[※]予防・介護予防の足掛かりとして、ぜひご参加ください。

日程 表の通り毎週(木)午前10時～11時30分

場所 町公民館福田分館

定員 15人

対象 65歳以上 ※その他、要相談

申し込み 4月24日(金)までに電話(286-3113)か健康保険課窓口(役場1階6番)で受け付け。※希望者多数の場合、抽選



津森分館で行われた医療気功

期日	テーマ	内容
5月14日	いきいき・わくわく健康体操 ～運動を中心に筋力・体力アップ～	楽しく全身体操を行うことで、効果的に体と頭のフレイル予防！フレイル予防の重要性と生活のコツを学びます。
5月21日	栄養・運動かんたんアドバイス	足腰が弱らないためにはまず栄養！自分の食事を振り返りつつ、運動も含めたアドバイスを行います。
5月28日	息活き上手は元気上手	運動を通して呼吸の大切さを知り、元気な体づくりを目指します。
6月4日	お口の健康	栄養・運動の充実は、お口の健康があつてこそ。お口の健康維持とオーラルフレイル予防を学びます。
6月11日	健康寿命が伸びる体のづくり方 (ピラティス)	年齢と共に落ちやすい筋力や、硬くなりやすい関節に効果的な、無理なく自宅で継続できる運動を提案します。
6月18日	そろばんで脳トレーニング	昔懐かしいそろばんで、楽しく指先と脳を活性化します。
6月25日	医療気功	自己治療による心身能力の維持向上、リラックス効果があります。
7月2日	ノルディックウォーク	ノルディックポールを使った運動や歩行指導を行います。
7月9日	チェアヨガ	椅子に座って誰でも安全に気軽にできるヨガです。
7月16日	いきいき・わくわく健康体操II ～脳トレを中心に認知症予防～	体操やものづくりなどを通して、心身・脳を活性化。認知症を予防するための生活習慣のコツなどを学びます。

※フレイルとは足腰などが弱った状態。運動や生活習慣で予防・改善が可能です。 問 健康保険課 保健事業係 ☎ 286-3113

後期高齢者医療保険加入者の歯科口腔健診

対象者 県後期高齢者医療保険加入者
申込期限 令和9年3月12日(金)
費用 400円(本来の健診費用約5,350円)
健診項目 問診、歯・入れ歯の状況確認、かみ合わせ・飲み込む力などの口腔機能検査など

申し込みの流れ

- ①健康保険課 保健事業係に連絡
- ②「受診券」が郵送で届く
- ③受診券の内容確認後、「受診可能な歯科医院」に予約

受診当日に必要なもの

受診券/マイナ保険証、資格確認書のいずれか/自己負担金400円

※歯科治療費用を助成するものではありません。歯科医院を受診中の人や、すでに健診同様の検査を受けている人は、この健診の利用についてかかりつけ歯科医にご相談ください。

受診可能な歯科医院		
歯科医院名	地区	電話番号
いわた歯科医院	惣領	286-1417
内野玲歯科	宮園	243-8241
共愛歯科医院	安永	286-2277
寺崎歯科クリニック	惣領	289-8020
みやもと歯科	寺迫	287-8811
やけいし歯科	福富	286-7588
JUN歯科クリニック	宮園	286-1188

※町外の歯科医院でも、上益城郡歯科医師会に所属する医院であれば受診できます。詳しくは、係へお問い合わせください。

問 健康保険課 保健事業係 ☎ 286-3113

【受付期間延長】令和7年8月豪雨で被災した農家の自力復旧支援

令和7年8月豪雨によって被災した農地を、農家が自ら復旧するために必要な経費の一部を補助します。 問 産業振興課 農林整備係 ☎ 286-3277

補助対象経費

令和7年8月豪雨によって被災した農地に対し、8月11日以降に農家が自ら行った復旧作業(堆積した土砂・流木などの除去や農地法面の復旧)に要する次の経費

- ・作業機械借り上げ料、機械オペレーター賃金、材料費、運搬費、燃料費
- ・復旧作業の日当などその他必要と認められる経費

次のいずれかに該当する場合は対象外

- ・国庫補助事業の対象となる農地
- ・多面的機能支払交付金を活用して復旧した農地

補助金額

対象経費の2分の1(上限20万円)

申請受け付け

期限 令和8年7月31日(金)
場所 産業振興課(役場2階1番窓口)
時間 平日の午前8時30分～午後5時
持参物

- ・申請書、交付対象事業算定調書(産業振興課窓口と町ホームページで入手可)
- ・事業費の内訳が分かるもの(見積書・領収書など)
- ・来庁者の本人確認書類
- ・被災農地の位置図(住宅地図など)
- ・被災状況の分かる写真
- ・施工前・施工後の写真
- ・復旧作業日報
- ・認印(スタンプ式不可)
- ・補助金の振込先が分かる預金通帳
- ・【代理申請の場合】委任状
- ・【共有名義人 代表者申請の場合】農地所有者の承諾書

