

客船入港歓迎事業での 物産販売ブース出店者を募集!

客船が寄港する藤原心頭内で、県産品などの地元特産品を販売する事業者などを募集します。

- 対象客船/寄港期日 ①セブンシーズ・エクスプローラー/4月15日(月)②ロイヤル・プリンセス/4月29日(月)③シルバー・ミュージズ/5月4日(土)④ハンセアティク・スピリット/6月23日(日)⑤シーボーン・オデッセイ/9月22日(日)⑥シルバー・ミュージズ/9月24日(火)⑦シルバー・ノヴァ/9月29日(日)⑧レガッタ/10月26日(土)
- 出店時間 ①④午前11時～午後5時30分②③⑤午前9時30分～午後5時30分⑥午前11時～午後6時30分⑦午前10時30分～午後5時30分⑧午前9時30分～午後4時30分

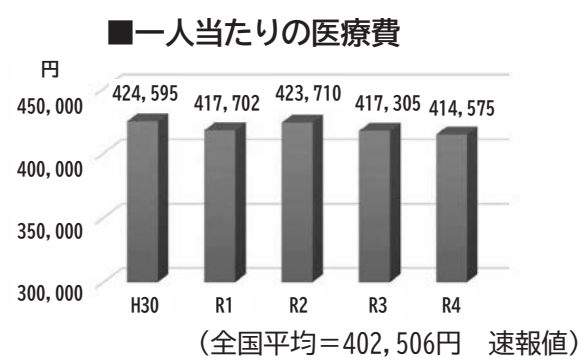
- 場所 宮古港藤原心頭
- 小間規格 間口2.70m×奥行3.60m
- 出店料 無料※発電機を使用する場合は、あつせんします(出店者実費負担)
- 出店条件 ①客船歓迎事業の趣旨を理解し、積極的に運営協力できる者②販売物は、県産品または、乗客のニーズを満たすことが期待され、企画・製造・調理・販売などに県内事業者が関与する商品であること。また、法令で輸出が禁止されている商品などは販売できません(国内消費を除く)
- 申し込み方法 出店申込書を郵送・持参・メールまたはファクスで提出※要綱・出店申込書は申し込み先で配布するほか、市ホームページ(下記QRコード)からもダウンロードできます
- 申込期限 3月22日(金)
- 申し込み 市産業支援センター産業支援係(市役所2階、〒027-8501住所不要、☎9092、FAX 9120、✉sangyo@city.miyako.iwate.jp)

健康づくりに取り組みましょう

市総合窓口課から健康づくりに役立つ情報を紹介します。ぜひご確認ください。

●国保加入者の一人当たりの医療費

令和4年度は令和3年度より減少しましたが、全国平均と比べると高い状況です。がん健診や特定健診を積極的に受診して自分の健康状態を把握し、健康づくりに取り組みましょう。



●医療費を有効に使いましょう

- 同じ病気での重複受診はやめましょう。
- お薬手帳を活用し、重複服薬を防ぎましょう。
- ジェネリック医薬品を活用しましょう。

●メタボリックシンドロームに注意!

生活習慣病の発生リスクが高くなるメタボリックシンドローム予備群・該当者の割合は、令和3年度と比べてほぼ横ばいとなっています。

■メタボリックシンドローム予備群・該当者率

	R1	R2	R3	R4
目標	26.0%	25.0%	24.0%	22.0%
実績	27.8%	30.6%	30.4%	29.9%

●健康づくりのために、毎年特定健診を受診しましょう

市の国保に加入する40～74歳の方は、特定健診を毎年無料で受診できます。

▷特定健診とは?

問診、身体測定、血圧測定、血液検査、尿検査などを行うものです。

メタボリックシンドロームや高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病を発見し、早期に対策することを目的としています。

▷特定保健指導とは?

生活習慣病のリスクが高いと判定された人に対し、保健師・管理栄養士などが、健診会場などで健康づくりに関するサポートやアドバイスを継続して行います。

令和4年度は、290人以上が特定保健指導を利用し、腹囲減少や悪玉コレステロール改善の効果がありました。

■特定健診受診率および特定保健指導実施率

	特定健診		特定保健指導	
	目標	実績	目標	実績
R2	50.0%	38.4%	27.0%	45.8%
R3	53.0%	38.8%	32.0%	54.8%
R4	56.0%	39.2%	37.0%	67.2%

■問い合わせ

市総合窓口課国民健康保険係 (☎68-9075)

高齢者や障がい者の虐待を防ぎましょう

家族や親族、施設職員などからの高齢者虐待や障がい者虐待が、大きな問題となっています。

虐待には、次の5つのタイプがあります。

①身体的虐待

(たたく、殴る、つねる、蹴る、やけどさせる、部屋に閉じ込める、薬を過剰に飲ませる など)

②心理的虐待

(怒鳴る、子ども扱いする、無視する、排泄などの失敗に対して恥をかかせる など)

③性的虐待

(懲罰的に下半身を裸にして放置する、合意のない性的な行為や強要 など)

④経済的虐待

(必要なお金を渡さない・使用させない、預貯金や不動産を本人の意思や利益に反して使用する など)

⑤世話の放棄・放任

(空腹・脱水・栄養失調のまま放置する、劣悪な状態や環境で放置する、医療や介護・福祉サービスを受けさせない など)

虐待に気づいた人には通報義務があります。

誰にも相談できずに負担を抱え込むことで、気づかないうちに虐待に発展することもあります。

虐待を止めることは虐待をしている養護者を守ることにもなります。通報者の秘密は守られます。通報・相談は以下をお願いします。

■問い合わせ

【高齢者に関する虐待】市介護保険課地域包括支援センター (☎68-9086)

※上記窓口のほか、市では、地域包括支援センターを中学校の学区ごとに設置しています。詳しくは、広報みやこ令和5年8月1日号11頁をご確認ください

【障がい者に関する虐待】

市福祉課障がい福祉係 (☎68-9135)、レインボーネット (☎64-7878)



地域包括支援センター 運営協議会委員を公募



市では、地域包括支援センターの適切な運営と公正かつ中立性の確保を図るため、運営協議会委員を次のとおり募集します。

■募集人数 1人

■応募条件 次の全てを満たす人

①4月1日現在で満18歳以上の人②市内に引き続き3か月以上住所を有している人③市の他の審議会などの委員を3以上兼職していない人④地域包括ケアに関心があり、協議会に参加できる人

■任期 4月1日(月)～令和9年3月31日(水)

■申し込み方法 応募用紙と小論文「高齢者が地域で安心して暮らすために」(800字程度)を郵送・ファクス・メール・持参のいずれかで提出してください

※応募用紙は市介護保険課(市役所1階)で配布するほか、市ホームページ(右記QRコード)からもダウンロードできます



■申込期限 3月25日(月)必着

■申し込み 市介護保険課地域包括支援センター(〒027-8501住所不要、☎68-9086、FAX62-7422、✉kaigo@city.miyako.iwate.jp)

飼い犬の届出 忘れずに!



飼い犬に関する各種手続きをお願いします。

【市外へ転出】転出先の自治体で本市の犬鑑札を持参し、変更の届出をしてください。

【市内へ転入】市生活課へ転入前の自治体の犬鑑札を持参し、変更の届出をしてください。

【譲渡したとき】元の飼い主は、新しい飼い主へ犬と犬鑑札を譲渡しましょう。新しい飼い主は、市生活課へ犬鑑札を持参し、変更の届出をしてください。

【犬が死亡したとき】犬鑑札、注射済票を添えて届出をしてください(電話でも可)。※犬鑑札などを紛失した場合は、届出時にその旨を申し出てください

■問い合わせ 市生活課生活安全係(市役所1階、☎68-9109)