



## 生活

### 若い女性の健康教室

18歳から39歳の女性を対象に実施した検診結果の傾向として、骨密度低下や貧血、高コレステロールや肥満等の所見が多く見られました。健康づくりをもっと意識してもらうために、検診結果説明会および健康教室を次の日程で実施します。

この教室では、生活習慣病や骨粗しょう症を予防するための栄養の基礎知識や、脂肪や塩分を控えてよ

り健康的な食生活になる方法、また、家庭で毎日楽しくできる運動などを行います。18歳から39歳の女性ならどなたでも参加できますので、ご希望の人は担当までご連絡ください。

日程	場所
8/4(木)	成羽健康管理センター
8/12(金)	落合研修会館
8/23(火)	高梁保健センター
8/24(水)	有漢保健センター
受付時間	13:00~13:30
※運動のできる服装で参加	

■問い合わせ  
健康づくり課健康増進係  
(☎0267)

### 農地転用には許可が必要です

農地転用とは、田や畑を住宅・駐車場用地など、耕作目的以外の用途に変更す

ることです。

農地は農地法で守られており、農地を転用する場合は、事前に許可を受ける必要があります。許可を受けずに転用を行うと農地法違反となり、工事の中止や原状回復命令がなされる場合や、罰則の適用もあります。自分の農地でも転用する場合は、農地法に基づく許可が必要で、他人名義の農地を買う、あるいは借りるなどして転用する場合も許可が必要です。

なお、転用しようとしている農地が農業振興地域内の農用地区域に指定されている場合は、転用許可申請を行う前に、農用地区域からの除外手続きが必要となりますので、事前に農林課農業振興係(☎0223)にお問い合わせください。

▼農地転用許可申請の締め切り日：毎月20日(閉庁日の場合は翌開庁日)

■問い合わせ 農業委員会事務局(☎0226)、各地域局まちづくり推進係

### 人権啓発映画のテレビ放映

県都市人権推進事業連絡協議会は、さまざまな人権問題について幅広い理解と知識を深めるため、次のとおり、人権啓発映画のテレビ放映を行います。

映画名	テーマ	放送局	放送日・時間
ボクとガク	子ども	西日本放送(RNC)	8月3日(水) 10:25~11:08
見上げた青い空	インターネットと人権	山陽放送(RSK)	8月12日(金) 9:55~10:30
夢のつづき	介護・高齢者・ジェンダー他	テレビせとうち(TSC)	8月15日(月) 10:00~10:41
この空の下で	外国人・障害者・高齢者他	岡山放送(OHK)	8月20日(土) 9:55~10:38
未来への虹 ~ぼくのおじさんはハンセン病~	ハンセン病	瀬戸内海放送(KSB)	8月27日(土) 11:10~11:41

■問い合わせ 福祉課社会福祉係(☎0281)

### 守りましょう 電波のルール

電波は、私たちの身の回りから公共的分野まで、いろいろなところで利用されています。この電波を公平かつ効率よく利用できるようにするため、電波を使用するルール「電波法」が定められています。

無線機をお求めの際には「技術マーク」を確認の上、免許を受けて正しく使ってください。

■問い合わせ 総務省中国総合通信局電波利用環境課(☎082-222-3332)

2011年 市町社団共主くし

今年の夏は 中間賞金が豊富

1ヶ月前後賞 合わせて 3億円

2000万円〜1000万円

サマージャンボ宝くじ

11/7・11/10~7/29 11/8・9

就学前の子どもたちと保護者の交流の場

遊びにおいでよ! ゆう・ゆうひろば

8月

オープンスペース 毎週金曜日 午前10時~午前11時30分

5日 水あそびをしよう  
12日 水あそびをしよう  
19日 プルプル寒天であそぼう  
26日 もうすぐ秋だ

場所 子育て支援センター(吉備国際大学短期大学9号館1階)

サロン 毎週月~金曜日(祝日除く) 午前10時~午後4時

夏休み期間中、年齢別利用日を設けています。  
毎週火曜日:3~5歳児の日  
毎週木曜日:2歳児以下の日

■問い合わせ 子育て支援センター(☎2450)、子ども課子ども支援係(☎0288)

### 柔道整復師(整骨院・接骨院)の施術を受けられる人へ

柔道整復師の施術を受ける場合、国民健康保険が使える場合と使えない場合がありますのでご注意ください。

保険が使える場合	保険が使えない場合
①急性または亜急性(急性に次ぐもの)、外傷性の打撲、捻挫、肉離れなど ②骨折、脱臼 ※医師の同意が必要ですが、応急手当の場合は不要です。ただし、応急手当後の施術は医師の診察を受けた上での同意が必要です。	①疲労や年齢からくる肩こり、腰痛等の体調不良 ②スポーツによる筋肉疲労 ③神経痛、リウマチ、関節炎、ヘルニアなどの疾患からくる痛みやコリ ④外科・整形外科で治療中で、同時期に同部位を柔道整復師に治療を受けている場合 ⑤原因不明の違和感や痛み、以前に負傷し治った箇所が自然に痛み出したもの、交通事故の後遺症の場合

【治療を受けるときの注意事項】  
▷負傷の原因を正しく伝える。  
▷医療機関(病院や診療所など)との重複受診はしない。  
▷領収書を必ずもらう。  
▷治療の内容をよく確認し、療養費支給申請書には必ず自分で署名または押印する。  
▷施術が長引く場合は、一度医師の診断を受ける。

【お願い】  
治療を受けるときの注意事項に気をつけていただくことが、医療費の適正化につながりますので、ご理解とご協力をお願いします。

■問い合わせ 保険課健康保険係(☎0258)

### 7月納期限(口座振替日)のお知らせ

税(料)目	期	納期限(口座振替日)
固定資産税・都市計画税	2期	8/1(月)
国民健康保険税(普通徴収)	1期(全期)	
介護保険料(普通徴収) 後期高齢者医療保険料(普通徴収)		

【予告】8月の納期限(口座振替日)  
○市民税・県民税(普通徴収/2期)  
○国民健康保険税(普通徴収/2期)  
○介護保険料(普通徴収/2期)  
○後期高齢者医療保険料(普通徴収/2期)  
※納期限/口座振替日=8/31(水)

※口座振替を登録されている場合、口座振替日前に預金残高の確認をお願いします。

■問い合わせ 税務課収税係(☎0215) / 後期高齢者医療保険料は、保険課健康保険係(☎0258)

### 国民年金 「国民年金死亡一時金」

国民年金の第1号被保険者として、36月以上保険料を納めた被保険者が、老齢・障害基礎年金のいずれも受けないうちに死亡したとき、死亡者と生計を同一にしていた遺族に支給されます。ただし、その人の死亡により遺族基礎年金を受けられる遺族がいる場合には支給されません。請求のできる遺族の範囲・順位は、死亡者の配偶者・子・父母・孫・祖父母・兄弟姉妹です。死亡一時金の額は、保険料を納めた月数に応じて決まります(12万円~32万円)。なお、付加保険料を納めた期間が36月以上ある場合は、8,500円が加算されます。

■問い合わせ 市民課戸籍住民係(☎0252)、日本年金機構高梁年金事務所(☎0572)