

まちづくりの原動力に — 4事業採択 —

志民活動を
町が支援!!

■多古町あじさいの会

①あじさい庭園遊歩道整備

令和元年台風15号により大きな被害を受けた『あじさい寺』日本寺のあじさい庭園遊歩道を整備します。「もう一度来てみたい」という思いを持っていただき、多古町へ訪れる方の増加を目指します。



■多古町商工会青年部

②多古DE映画復活祭

新型コロナウイルス感染症の拡大により自粛生活を強いられ、さまざまなイベント行事が中止となる中で、ドライブインシアターという新しい生活様式に対応したイベントです。

町民をはじめ参加者が笑顔で映画を楽しむことで日々の生活の活力となることを目指します。



■一般社団法人多古町古民家活用ぽんぽこ推進協議会

③倒木活用いなか体験事業

④多古町自然体験キャンプ

倒木を活用した商品及び体験プログラムの企画・制作・運用を行い、自然と田舎を体験できるキャンプを通じて、多古町内と町外の双方の交流を促します。

子育て、教育環境の充実、多古町の自然環境の保護および町外からの交流人口の獲得を目指します。

お問合せ●都市計画課都市計画係 ☎76-5408

国保加入者の新型コロナウイルス感染症に伴う傷病手当金適用期間を延長しました

12月31日
まで

多古町国民健康保険加入者の、新型コロナウイルス感染症に伴う傷病手当金の適用期間を延長しました。なお、傷病手当金の申請は一定の要件を満たした場合に限ります。

適用期間●改正前：令和2年1月1日～9月30日までの間

改正後：令和2年1月1日～12月31日までの間

※ただし、入院が継続する場合等は最長1年6ヶ月まで

対象者●次の①～③すべてに該当する方

①多古町国民健康保険被保険者

②お勤め先から給与の支払いを受けている方

③新型コロナウイルス感染症に感染または発熱等の症状があり、感染が疑われ、労働勤務ができなかった方

※医療機関の証明・事業主の証明が必要になります。

申請方法●申請書を郵送いたします。住民課国保年金係までご連絡ください。

☎76-5405

町ホームページからも、申請書類がダウンロードできます。



健康・福祉

申込・お問合せ●
保健福祉課健康づくり係
☎76-3185

毎日の生活習慣で免疫力アップ!

広報たこ6月号より、「新型コロナウイルス感染症に負けない体づくり」について、お知らせをしてきましたが、改めて**免疫力を高める4つのポイント**について紹介します。

①運動

人混みを避けての散歩や自宅でできるストレッチなど、毎日続けてみましょう。体を動かすことで、体も心もリフレッシュできます。

②食事

1日3食、栄養バランスよく、規則正しい食生活を心がけましょう。よく噛んで食べることで必要な栄養素の消化吸収を助けます。また、粘膜が乾燥すると、ウイルスが侵入しやすい状態になりますので、食事の時間以外も小まめに水分補給をしましょう。

③睡眠

規則正しく起床・就寝し、生活リズムを整えましょう。40℃くらいのぬるめのお湯にゆったりとつかると副交感神経が高まり質の良い眠りにつながります。

④笑顔

ストレスをためずに、笑顔で過ごし、免疫力を高めましょう。また笑うことにより、自律神経のバランスがよくなったり、脳が活性化されるなど、様々な効果があるとされています。

いきいき健康ポイントをためて健康づくりにチャレンジ!

まずは、できることから取り組んでみませんか。

楽しく健やかに過ごすために、毎日の生活を見直して健康づくりにチャレンジしませんか。

■チャレンジ期間 12月31日(木)まで

■チャレンジ方法

広報たこ9月号に同封してある「多古町いきいき健康ポイントシート」をお使いください。健康ポイントが1,000ポイント貯まったら、多古町保健福祉センター窓口に、申請用紙を提出してください。

先着300名様に道の駅多古商品券(1,000円分)をお渡しします。

※「多古町いきいき健康ポイントシート」は役場住民課や保健福祉センター窓口に置いてあります。

■対象者

多古町にお住まいの40歳以上の方(チャレンジ期間に40歳に達する方も対象になります)

■申請期間

10月1日(木)から令和3年3月12日(金)まで

詳しくは、町ホームページをご覧ください。



愛の献血ご協力をお願いします

日時●10月29日(木)

午前10時～11時45分

午後1時～4時

会場●役場附属棟



乳がん・子宮がん検診

今年度、乳がん・子宮がん検診をまだ受けられていない方は、町が契約した医療機関で個別に検診が受けられます。

※乳がん検診については、マンモグラフィ(40歳以上の方が対象)のみとなります。

受診期間●令和3年1月末まで

検診を希望される方は、保健福祉課までお申し込みください。

