

## とねっこ館夏休み特別レッスン

### 「親子ふれあい体操10」「子どものためのリズムダンス」

#### ～親子ふれあい体操～

お子さんと触れ合いながら行う体操です  
お子さんと楽しみながら、ママのリフレッシュも行いましょう

対 象： 就学前のお子さん  
募集人数： 15組の親子

#### ～子どものためのリズムダンス～

ダンスや表現の楽しさを感じながら、リズム感や体力（持久力）柔軟性が自然と養われます

対 象： 小学生  
募集人数： 20名

☆対象となる児童の兄弟も参加できますが運動は対象児に合わせます

日にち ①平成26年8月5日（火） ②平成26年8月19日（火）  
（①②両日参加できる方を優先させていただきます）

時 間 両日ともに 10:30～11:30 親子ふれあい体操  
13:30～14:30 リズムダンス教室

会 場 とねっこ館 研修室

料 金 入館料 大人500円 小学生200円 幼児 無料  
保険料 1日につき1人 24円

持ち物 運動できる服装 飲み物 運動靴（リズムダンスのみ）

申込期間 7月25日（金）～8月1日（金）（土・日曜日は除きます。）

申込先 日高町役場 保健福祉課 健康づくりグループ 電話 01456-2-6183



## 上手な医療機関のかかり方

安心して安全な医療を受けるためには、医療機関と患者さんが情報を共有し、信頼と協力のもとで医療を実施する必要があります。受診する際の準備や心がまえを知り、上手に医療機関にかかりましょう。

### 症状を的確に伝えましょう

いつから、どこが、どのように具合が悪いのか  
今までかかった病気  
現在飲んでいる薬、薬の副作用の経験やアレルギー歴などを医師に伝えましょう。  
うまく伝えられるように、メモを書くなど準備しましょう。

### 「診療時間内」に受診しましょう

救急のとき以外は、診療時間内に受診しましょう。  
救急外来では、できる検査や治療が限られることがあります。

### 不安やわからないことは、遠慮せず聞きましょう

不安に思うことやわからないことは、遠慮せずにしっかり聞きましょう。  
また、検査方法や治療方法について、目的やそれにとまなうリスクなども確認しておきましょう。

### 薬を受け取ったら、よく確認をしましょう

薬を受け取る際には薬の内容、用量、飲み方などを薬剤師に確認しましょう。  
また、飲み合わせは大丈夫か、飲み忘れた場合の対応なども確認しましょう。

### 「かかりつけ医」をもちましょう

日ごろの体調の相談や病気の早期発見、健康管理のアドバイスを受けることができます。  
さらに専門的な検査などが必要な場合には、総合病院などを紹介してもらえます。

## 日高町住宅リフォーム補助申請の受付を延長します

平成26年度日高町住宅リフォーム補助事業の申請受付期間を下記のとおり延長します。

補助対象工事は、① 住宅耐震改修工事  
② 住宅省エネ・バリアフリー改修工事

詳しくは、役場担当窓口又は町のホームページ等でご確認ください。

1 受付期間 改修工事が平成27年2月27日（金）までに完了するものを対象とし、補助申請を随時受付しますので、予め担当課に工事内容や補助申請の適否等についてご相談ください。

2 受付窓口 管財建築課 建築・公営住宅グループ（本庁） 電話 01456-2-6187  
地域経済課 建築・管財グループ（総合支所） 電話 01457-6-2084

## 年度当初に加入申込を忘れた方・新たに転入された方 日高地区交通災害共済に加入しましょう

**＝年額500円で、3万円から80万円の見舞金＝  
1日以上の通院日数より支給されます。**

**【共済の目的】** 日高管内の住民が、交通事故により災害を受けた場合、これを救済し、住民の生活の安定と福祉の増進に寄与することを目的としています。

**【加入できる人】** 日高管内に住民登録をしている方はどなたでも加入できます。

**【加入の方法】** 役場住民課、日高総合支所、水・くらしサービスセンター、厚賀出張所の各窓口  
に申込用紙を備え付けておりますので、必要事項を記入の上、申込みください。

**【会費】** 1人 年額500円です。（途中加入する場合も同じです）

**【見舞金の請求】** この共済は、自転車による事故も対象となります。見舞金の請求期間は、交通事故による災害を受けた日から1年間です。万が一、交通事故に遭われた場合は、役場の各窓口へご相談ください。

お問い合わせ 住民課 住民・年金・地域安全G 01456-2-6182  
総合支所地域経済課 建設・管財G 01457-6-2084

## 「甲種防火管理者資格取得講習会」を開催します

日 時 平成26年9月17日(水)～18日(木)の2日間 10:00～16:00  
場 所 門別総合町民センター（福祉センター） 2回大集会室  
対 象 防火管理者を選任しなければならない甲種防火対象物の関係者または、一般受講希望者  
申 込 み 平成26年8月7日(木)～8月21日(木) 8:30～17:15  
日高西部消防組合消防本部消防課へ、持参または郵送  
予定人員 50名（定員になり次第締め切ります）  
参加費 3,650円（テキスト代）

【お問合せ先】 消防本部 消防課 01456-2-1521（土日祝日除く）  
消防署 予防課 01456-2-1521  
日高支署 予防係 01457-6-2244