



二井 卓さん 秋津地区

「スポーツはフットサルもやっています。北信リーグ優勝目指して頑張ってます！」

E(エ)ネルギッシュな E(イー)ヤマの皆さんを紹介します

仕事はとても楽しく、毎日が充実していると話す三井さんは、JA北信州みゆきへ就職して8年目になります。

職場では、金融関係の業務を受け持ち、現在は北部支所に配属しています。最近は年金請求の仕事が多く、高齢者の方と接する機会もあることから、「ちゃんとお客様

Eひと発見!

いいひと はっけん #51

へ説明できるように、年金のほか、各種制度について日々勉強しています」と話し、丁寧な対応を心がけているそうです。

私生活では、「走る」ことを意識して、スポーツに打ち込んでいます。長野マラソンをはじめ、各種大会へ出場した経験を持ち、「今までに出場したことがないマラソン大会に出たいですね」と今後の出場意欲を語ります。

就職してから、飯山のことを詳しく知りたいと思うようになった三井さん。地元の祭礼、消防団、公民館の専門部員などの役を積極的に受け持ち、地域への貢献に力を入れています。

健康メモ

予防接種で麻しん風しんを予防しよう

子どもは、発育とともに外出の機会が多くなり、感染症にかかる可能性も高くなっていきます。麻しんまたは風しんにかかる可能性は、1歳から2歳の間が高いため、1歳から2歳の間は1回目の予防接種を受けましょう。麻しん風しんはどんな病気なのでしょう

風しんに感染すると、2〜3週間の潜伏期間があり、軽い風邪症状ではじまり、発疹、発熱などが主な症状です。脳炎などの合併症を引き起こすこともあります。年長児や大人がかかると重症になりやすく治るまでに時間がかかります。また、妊婦が妊娠初期にかかるとお腹の赤ちゃんに感染して先天性風しん症候群(難聴、先天性心疾患、白内障および網膜症など)が発生することがあります。予防接種の受け方は

1回目の接種は、1歳から2歳になるまでの間に受けられます。麻しんワクチン・風しんワクチン共に1回目の接種で、95パーセント以上の子どもは免疫を得ることができ、発熱がつかなくなった場合や、年数がたつて免疫が下がってくることを予防するために2回の接種になります。2回目の接種は、小学校就学前の1年間、いわゆる幼稚園・保育園の年長児が対象となります。また、平成19年に麻しん流行の中心となった高校生や大学生の世代は、幼児期に1度しか予防接種を受けていないため、予防効果が低くなっています。そのため、平成20年から5年間に限り、中学1年生と高校3年生の年齢に相当する方は、定期予防接種として受けることができます。

【保健師 鷺尾恵美子】
国民健康保険と被用者保険の扶養について
国民健康保険に加入している家族が世帯にいる場合、その健康保険の扶養に入ると世帯全体の保険料(税)負担が少なくなります。これは、国民健康保険には扶養という概念がなく、加入者数が増える分だけ保険料が増額になる制度に対し、被用者保険は扶養の人数による保険料の増額はないからです。ただし、扶養として認定されるには、次のような条件に

当てはまる家族の方のみとなります。
一般的扶養認定条件
①60歳未満の方は年間収入130万円未満、60歳以上の方は、または障害年金受給要件に該当する方は年間収入180万円未満。
(税法上非課税の遺族年金、障害年金、雇用保険等も含まれる場合があります)
②扶養認定を受ける方の収入が、扶養する方の収入の半分未満。
なお、健康保険組合により様々な要件がありますので、お勤め先の健康保険担当部署にお問い合わせください。

7月 予防接種 乳幼児健診

☆会場はいずれも飯山市保健センターです☆
(☎62-3111 内線630)

乳幼児健診
受付時間・・・午後1時～1時45分
(離乳食教室は午後2時～3時30分)

- ◇4か月児 7月 7日(水)平成22年 2月生まれ
- ◇離乳食教室 7月 22日(木)平成22年 2月生まれ
- ◇10か月児 7月 14日(水)平成21年 8月生まれ
- ◇1歳半 7月 21日(水)平成20年 12月生まれ
- ◇2歳児 7月 5日(月)平成20年 6月生まれ
- ◇3歳児 7月 28日(水)平成19年 6月生まれ

予防接種
受付時間・・・午後1時15分～2時
持ち物・・・母子健康手帳、予診票

◇三種混合
・接種日及び対象地区
7月 6日(火) 全地区
7月 30日(金) 全地区
①1期初回…3か月～6歳半になるまでに3～8週間隔で3回接種(2歳になるまでが望ましい)
②1期追加…1期初回の3回接種日から1年～1年半後に1回接種(7歳半になるまでに)
※接種後1週間は他の予防接種はできません

◇BCG
・接種日及び対象地区
7月29日(木) 全地区
3か月～6か月になるまでに1回接種
※接種後4週間は他の予防接種はできません

胃腸炎が流行しています!
外出後手洗いをしましょう!

- 感染の予防には手洗いが重要です。石けんをしっかりと泡立てて手を洗いましょう。
- ◇手洗い方法
- 1 流水で手を洗う。
 - 2 石けんをつけて、約30秒間手洗いをする。
 - ①手のひらを合わせてよく洗う。
 - ②手の甲を伸ばすように洗う。
 - ③指先・爪の間をよく洗う。
 - ④親指と手のひらをねじり洗う。
 - ⑤手首を洗う。
 - 3 流水で石けんを洗い流す。
 - 4 清潔なタオルで手を拭く。

いっしょにNPOセンターだより

いっしょにNPOセンター事務局 (☎・FAX 026-270-0000)

このコーナー「NPOだより」のタイトルになって「NPO」ですが、「NPOってなに」と思われている方もいると思います。今回は、この「NPO」についての基礎知識をご紹介します。

【NPO法とは】

市民活動団体やボランティア団体に対して法人格を与え、その活動を促進することを目的に、平成10年12月より特定非営利活動促進法、略称でNPO法が施行されました。

【NPOとは】

いいやまNPOセンターの会員の内、7団体が法人格を取得してさまざまな分野で活動を行っています。

【NPOとは】

Non-Profit-Organization (ノン・プロフィット・オーガニゼーション)の略で、一般的には、非営利の市民活動団体ということになります。非営利とは、利益を上げてはいけないという意味

ではなく、利益が上がっても構成員に分配しないで、団体の活動目的を達成する費用に充てるということになります。

【NPOの範囲は】

法人格を取得した団体がNPOと思われがちですが、医療、福祉、環境、文化、芸術、スポーツ、まちづくり、国際協力、交流、人権、平

【NPOってなに?】

和など特定非営利活動の17分野にあてはまる活動であれば、あらゆる分野で活動している市民活動団体やボランティア団体でも、法人格の有無を問わずNPO団体といえます。

【NPOの数は】

6月現在、県認証のNPO団体は805団体、いいやまNPOセンターの会員は40団体の登録があります。これはあくまでも、NPO



の一部の数を示すもので、市民活動団体など範囲も広くなり、実際の数はこれ以上といえます。

【NPOの活動はどんなものがあるか】

いいやまNPOセンターのホームページで、市内で活動するNPOや市民活動団体などの紹介を見ることができます。このNPOだよりでも市内で活動している、NPOやボランティア団体の紹介をおこなっています。

NPOについて興味のあるかたは、URL <http://www.iiyama-catv.ne.jp/~npo/>へアクセスしてください。