

## いきいき亀嵩元気村!

### ☆☆☆「亀嵩地区健康まつり」を開催☆☆☆

11月12日に「亀嵩地区健康まつり」を亀嵩小学校で開催しました。

この健康まつりは、亀嵩地区全体に健康づくりの輪が広がることを目指して、亀嵩地区福祉振興協議会の生活保健部と亀嵩地区健康づくり推進員が、主体的に企画・運営してられます。

昨年に引き続き、島根県国民健康保険団体連合会の協力を得て、体脂肪測定・血管年齢測定・骨密度測定・保健師相談コーナーなどを行いました。そのほかにも、血圧測定・体力チェック・理想的な味のみそ汁試飲コーナー・わが家のみそ汁塩分測定・歩け歩け大会・健康カルタ大会を行い、多くの参加がありました。

参加された方からは、「正しい歩き方や、ウォーキング前後のストレッチを習うことができ、日ごろの実践に役立てようと思った」、「みそ汁の試飲コーナーでは、だしを前夜からしっかりとれば薄味でもおいしく食べられることがわかってよかった」といった感想がありました。

みなさんも生活を振り返るきっかけとして、健康まつり等健康づくりの事業に積極的に参加しましょう!



## 奥出雲町災害見舞金について

奥出雲町では、今年の「平成18年7月豪雨」により住家が災された世帯に対し、下記の通り見舞金を支給することと致しましたのでお知らせします。

お気軽にご相談下さい。

なお、該当の方には総務課行政係から「見舞金交付のお知らせ」を1月末までに通知する予定ですので、り災された方で見舞金の通知が届かなかった方、ご不明な点がある方は恐れ入りますが総務課行政係(下記番号)までご連絡下さい。

住宅のり災区分	支給区分	見舞金額	支給対象者
全壊	1世帯につき	50,000円	り災世帯の世帯主
半壊	1世帯につき	30,000円	り災世帯の世帯主
床上浸水	1世帯につき	20,000円	り災世帯の世帯主
床下浸水、裏山崩壊に伴う宅地被害	1世帯につき	10,000円	り災世帯の世帯主

◆連絡先 / 総務課・行政係 ☎ 54-2505 情報 31-5226