

環境・ごみ減量・動物愛護
などに関する情報を発信する
コーナーです。



今月のテーマ

6月は「環境月間」です。

ごみの減量化に御協力ください。
ご家庭での生活を振り返り、取り組めることを考えてみましょう。
○マイバックの利用
○生ごみは水切り
○料理の食べきり、食材の使い切り
市では、「枕エコ サポーター」を募集します。ごみ減量化へ向け共働りの体制づくりを整え、アイデアを募集しながら進めていきます。ぜひご登録ください。

問合せ 市民生活課環境整備係 TEL72-1111(内線325)

防災一口メモ

いざという時のために



梅雨時期に備えて

これから、雨が長く続き大雨になりやすい時期です。雨が長く続くと地盤が緩んで土砂崩れや河川のはん濫が起きやすくなります。また、身近な場所では、側溝などにゴミが詰まると道路の冠水や住宅への浸水の危険性があります。定期的な側溝内の点検や清掃をお願いします。

台風の接近・上陸の時期にもなるので、気象情報等に注意し、必要であれば速やかな避難行動を心がけてください。

問合せ 総務課危機管理対策係 TEL72-1111(内線214)

なるほど! 地域包括ケア

住み慣れた家・地域で安心して暮らし続けたいから

福祉給食について

市では、食事の配食を行うことにより、食生活の改善を通じた健康保持や孤独感の解消を図り、併せて安否の確認をすることを目的に、福祉給食サービス事業を行っています。



減塩に配慮したメニューで、配達の際は保温機能付き弁当箱でお届けし、安否の確認も行います。今後も高齢者や一人暮らしの世帯が増えていくと予想され、買い物や調理に不安な方も増えていくと思われませんが、食は健康の源です。食生活に不安がありましたら、お気軽にご相談ください。

- 対象者 おおむね65歳以上で、買い物や調理が困難な方(ひとり暮らしや虚弱またはねたきり等の高齢者、重度の身体障害者等)
- 配食体制 365日昼夜2食(本人の食の自立状況や家族その他の支援状況により配食数を調整)
- 個人負担 1食450円(市県民税非課税世帯は400円) ※平成30年度
- 配食内容 主食(ごはん)、汁物、主菜副菜(おかず)
- 実施主体 枕崎市社会福祉協議会に委託しています。



問合せ 福祉課高齢者介護保険係 TEL72-1111(内線133)

公共下水道マンホール鉄蓋のデザインを募集しています

市では、市制施行70周年と下水道区域の整備率100%を記念して、デザインマンホールを作成します。つきましては、広くマンホール鉄蓋のデザインを募集しますので、ぜひご応募ください。

■募集内容

- ・マンホール蓋のデザインで、枕崎市を表現した誰もが親しめ、長く愛されるもの
- ・モチーフは枕崎市を感じられるもの(自然・産業・文化・歴史等)

■応募資格 どなたでも応募できます。

■応募方法

・所定の「応募用紙」またはA4版白紙に直径15cmの円形を描き、円形内にデザインを記入し、必要事項を記入して、提出してください。

・郵送、メールまたは直接持参のいずれかの方法により提出してください。

■応募締切 7月12日(金)まで

■表彰及び賞

選考委員会で決定された最優秀作品は、公共下水道マンホール鉄蓋のデザインに採用されます。また、9月1日に開催される枕崎市制施行70周年記念式典にて表彰します。賞：賞状、賞金(2万円)、特産品

■その他

応募用紙及び詳細については、ホームページに記載してありますので、ご覧ください。

■問合せ・申込み

水道課下水管理係
TEL72-1111(内線412)



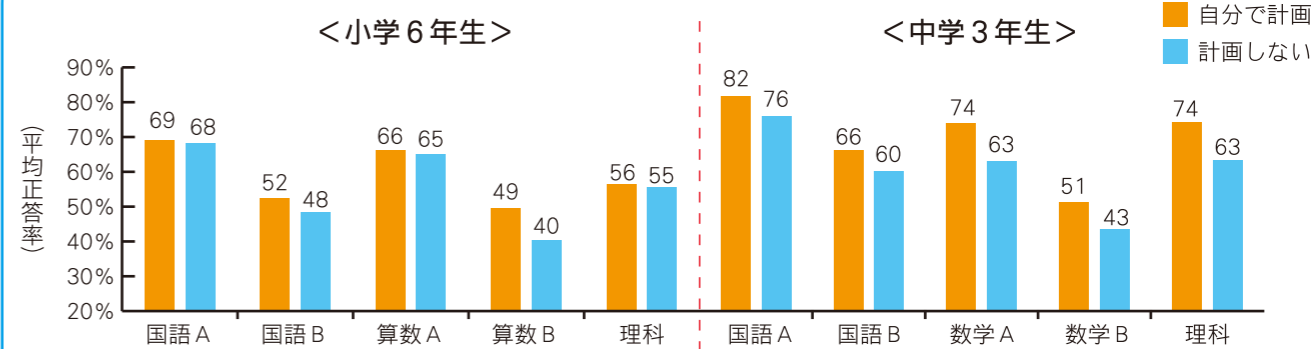
ホームページ
QRコード

「まくらざき」
ならではの教育

「家庭学習40・60・90・120運動」と
「ノーメディア・コントロール」に取り組みましょう!!
問合せ 生涯学習課 TEL72-0170

枕崎市では、小学校低学年で40分、中学年で60分、高学年で90分、中学生は120分以上の家庭学習の習慣を身に付けさせる取り組みを実施しています。学校から与えられた宿題だけでなく、自分で計画を立てて学習できる子供を育てるためのものです。

自分で計画を立てて勉強していることと学力との相関関係



自分で計画を立てて家庭学習をしている児童生徒は、テストの正答率が高い傾向が見られます。

平成30年度全国学力・学習状況調査結果から

また、期間を決めて親子で「ノーメディア」や親子で利用時間を決める「メディアコントロール」に取り組み、我慢する力や自身をコントロールする力を育てています。

有効な時間の使い方、我慢する力を身に付けさせる

枕崎市校外生活指導連絡会では、日々変化するネット環境から子供たちを守り、生きる力を身に付けさせるために、「ノーメディア」と「メディアコントロール」に関する共通実践事項を決め、全家庭で日常的に取り組んでいます。

【共通実践事項】
インターネット環境機器の使用は、午後9時までとする!

どちらもこれからの社会を生きていく子どもたちにとって、重要な力を身に付けさせるため、学校と家庭、地域が連携して実践している取り組みです。

(桜山小学校の実践)

桜山小学校では、家庭学習の時間や「アフター9」等の家庭での実践状況を確認するために、PTA専門部と連携し、年6回の「生活リズム調査」を実施しています。そして、その調査結果を学校保健委員会や学級PTAで報告し成果と課題を共有しながら共通実践を進めています。 ▲生活リズムカード



健康ちゃんねる

問合せ 健康センター
TEL72-7176

歯周病!
あなたは大丈夫?

■歯周病とは

歯周病は歯垢細菌の塊が原因で起こる感染性の病気です。

初期症状は歯肉の腫れや出血がみられる「歯肉炎」と、そのまま放っておくとやがて骨が吸収されて、歯がぐらつき、抜けてしまうことがある「歯周炎」があります。

歯周病は自覚症状がないまま進行するため、年齢が上がるにつれて進行した歯周炎の人の割合が増加し、45歳以上では半数以上が歯周炎にかかっており、急激に歯の数が減る傾向にあります。

■歯周病が関わる体の病気

歯周病によって歯周組織が破壊されると、歯周病菌は血液を通して体内に入りやすくなり、全身の健康にも影響を及ぼすことが分かっています。

特に糖尿病、心臓病、肥満などの生活習慣病や、低体重児出産、骨粗しょう症、誤嚥性肺炎なども深くかかわっていることが国内外の多くの報告により分かっています。

中でも糖尿病とは相互に深い関係があると言われており、歯周病治療で糖尿病が改善すること

も分かっています。そのため、歯周病は口の中の病気であると同時に、からだ全体に配慮しなければならぬ病気でもあります。

■歯周病検診を受けましょう!

本市では、健康増進法における個別歯周病検診を40歳、50歳、60歳、70歳の方に実施しています。歯科検診に苦手意識を持っている人も「痛い」「怖い」と敬遠しないで、ぜひ受診しましょう。検診料は無料です。

対象の方へは、受診券を6月に個人通知しておりますが、対象の方で届いていない方は健康センターへお問い合わせください。

■検診内容は?

・歯、歯ぐき、お口の機能の低下がないかを検査します。

■かかりつけ歯科医

痛い時だけ受診する「行きつけの歯科医」ではなく、定期的に歯科受診をし、状態に合ったアドバイスや予防処置をしてくれる、生涯にわたる「かかりつけ歯科医」を持ち、お口の健康を保ち、健康寿命を延ばしましょう。