

平成22年国勢調査のお知らせ

10月1日に、全国一斉に国勢調査が実施されます。
この調査は、日本に住んでいるすべての人・世帯を対象とする国の最も重要な統計調査で、5年ごとに実施されています。
9月下旬から調査員が皆さんのお宅に調査票を持って伺いますので、調査票の記入にご協力をお願いします。



かたり調査にご注意

統計調査を装った「かたり調査」にご注意ください。

- ・調査員は、写真付きの調査員証を携帯しています。
- ・電子メールで回答を求めることはありません。
- ・金銭の支払いを求めたりするようなことはありません。

不審に思われた場合には、調査員証の提示を求めるか、右記の問合せ先までご連絡ください。

地域情報課 [☎0837(52)1128]

問合せ先 美東総合支所総務課 [☎08396(2)5000]

秋芳総合支所総務課 [☎0837(62)1912]

9月は認知症予防月間です

認知症は、脳の障害による誰でもかかる可能性のある病気です。このため、自分や家族にとって決して無縁とはいえない認知症について、正しく理解しましょう。

認知症は予防できない、治らないと思われるがちですが、ある程度の予防や原因によっては、早期発見・対処により進行を抑えることや、回復することも可能です。

年齢を重ねると誰しも物忘れが多くなるものですが、それは脳の自然な老化現象。医学的にいうと認知症とは違います。

認知症の予防のために

- ①生活習慣病を放置しない。
血管の老化にかかわる高血圧や糖尿病などの予防・治療が大事です。
- ②適度の運動を心掛けましょう。
ウォーキングなどの有酸素運動は脳の血流を増します。
- ③日常生活を活発にしましょう。
読書や新聞を読む、趣味やボランティアなど、積極的に活動しましょう。
- ④栄養のバランスのよい食事を腹八分目にしましょう。
野菜を積極的に取りましょう。
食塩をとりすぎないように気をつけましょう。

まずは相談してみましょう

かかりつけ医、精神科、神経内科などの専門医、地域包括支援センターなどで相談できます。認知症を介護している家族も、周囲に話したり、介護保険などの公的なサービスを利用し不安や悩みを一人で抱え込まず相談してみましょ。

認知症と老化による物忘れの違いは？

単なる物忘れの場合	認知症による物忘れの場合
体験の一部を忘れる	体験の全部を忘れる
物忘れを自覚している	物忘れを自覚できない
人格に大きな変化はない	人格が変化する
人物や場所までわからなくなることはない	人物や場所がわからなくなる
日常生活に支障はない	日常生活に支障をきたし介護が必要となる

問合せ先

地域包括支援センター [☎0837(54)01300]
秋芳地域包括支援センター [☎0837(64)5111]

県林業基礎講座受講生募集

森林・林業に関する基礎的な知識や技術を習得するための講座を開催します。

開催日 10月14日(全7回)
年1月27日(全7回)

場所 宇部市万倉ふれあいセンターほか

内容 林業機械の取扱、間伐、枝打ち、竹林管理、椎茸栽培等の講義と実習



Hot Information

お知らせひろば

詳しい内容は直接問合せ先にご連絡ください。

対象者 宇部市、美祢市、山陽小野田市に在住の森林所有者等
 定員 15名程度(先着順)
 申込み期限 10月1日(金)
 申込・問合せ先 県美祢農林事務所 森林部 森林づくり推進課
 ☎08337(52)1071

市営住宅入居者募集

■特定公共賃貸住宅

秋吉八重団地(秋芳町秋吉) 募集戸数 2戸(3LDK) 家賃 4万5千円〜7万3千5百円
 三本松団地(美東町大田・道の駅みとう横) 募集戸数 5戸(3LDK) 家賃 4万6千円〜6万8千4百円
 白土団地(美東町真名・湯の口温泉付近) 募集戸数 3戸(3LDK) 家賃 4万1千円〜5万7千9百円
 ■定住促進住宅
 温湯団地(美東町大田・みとう悠悠苑横) 募集戸数 1戸(3LDK) 家賃 3万5千円
 温湯第2団地(美東町大田・みとう悠悠苑横) 募集戸数 1戸(2LDK) 家賃 3万3千円
 ■共通事項

受付期間

9月15日(金)〜30日(金)
 入居可能時期 10月中旬
 申込・問合せ先 建設課
 ☎08337(52)1116
 美東総合支所建設経済課
 ☎083396(2)5007
 秋芳総合支所建設経済課
 ☎08337(62)1901



健康づくりのついでに

開催

①開催日・②場所

- 【美祢地区】
①10月6日(水) ②美祢市保健センター
- 【秋芳地区】
①10月14日(金) ②秋芳体育館
- 【美東地区】
①11月1日(日) ②美東保健福祉センター

時間 13時〜16時
 内容 健康講話

・健康講話
 【美祢地区】
 「お元気ですか?あなたの心く育てよう(心のみどり)」
 宇部フロンティア大学 人間健康学部 看護学科

宮崎博子先生

【秋芳地区】
 「野菜つておもしろい」
 野菜ソムリエ 柳井さつき先生
 【美東地区】
 「動いて変わるー」(心)と身体く健康づくりは貯筋からくー
 グローバルヘルスプロモーション 山村勇介先生
 ・健康体験コーナー
 ・食生活コーナー
 ・地域包括支援センターコーナー

問合せ先 健康増進課
 ☎08337(53)0304



森林所有者の皆様へ

この度の豪雨であなたの山のスギやヒノキは大丈夫でしたでしょうか。過去3年間において、カルスト森林組合が間伐を実施したスギ・ヒノキが豪雨被害を受けた場合は、森林国営保険が適用される場合がありますので、次の問合せ先までご連絡ください。
 問合せ先 カルスト森林組合
 ☎08337(52)3332

不動産の無料相談会

日時 10月2日(日) 10時〜16時
 場所 宇部市文化会館2階 研修ホール(宇部市朝日町8-1)
 相談員 不動産鑑定士・税理士・司法書士
 内容 不動産の適正な価格・地代・家賃の決め方・売買・賃貸・相続等の相談
 問合せ先 (社)県不動産鑑定士協会
 ☎083(973)1051

平成23年版「山口県民手帳」予約受付中!

平成23年版「山口県民手帳」の予約申込みを受け付けています。
 ・ご希望の人は、各区長さんへ取りまとめをお願いいたしますので回覧等でお申し込みください。
 なお、地域情報課(本庁2階)、美東・秋芳総合支所総務課でも予約申込みを受け付けています。
 代金 1冊500円(手帳引き渡し時現金払い)
 発行時期 11月中旬
 申込み締め切り 10月4日(日)
 問合せ先 地域情報課
 ☎08337(52)1128

山口県・市町離職者緊急対策資金貸付制度のお知らせ

会社倒産や事業の不振などにより、離職を余儀なくされた人の生活資金などを貸し付けていますので、ご利用ください。
 申込先 中国労働金庫(貸付に当たっては、中国労働金庫の審査があります。)
 問合せ先 商工労働課
 ☎08337(52)5224
 県労働政策課労働福祉班
 ☎0833(933)3210
 県内の中国労働金庫各支店

事業所で加入しませんが「ハートピア共済」

県内の中小企業で働く人のための共済制度です。月々わずかな掛金で、死亡、障害、入院、住宅災害など保障し、結婚、出産、銀婚、小・中・高校入学祝い金も給付します。さらに、全国宿泊施設の助成や人間ドック・脳ドック受診の助成もあります。
 掛金 1型450円・2型900円・3型1,500円・4型2,000円・高齢者型450円・ファミリー型500円
 問合せ先 商工労働課
 ☎08337(52)5224