



地域サロンなどで生かせる、元気を生み出す知恵と技

## 「介護予防サポーター養成講座」の受講者を募集します！

市では、地域の元気を生み出す介護予防サポーターを養成しています。介護予防のための知識と健康体操を学び、講座終了後は先輩サポーターと一緒に、町内のサロンや老人会、デイサロンなどで介護予防の健康体操を広めていきます。

町内でサロンの立ち上げを検討している人やボランティアをしている人など、自分が元気であるために、地域の住民が元気になるように、元気を生み出す"知恵と技"を学んでみませんか？

**時間** 午前9時30分～11時30分（2時間）

※第8回・9回は午前10時～正午

**場所** 東西コミセン

**対象者** やる気がある人なら誰でも申し込みます。

**内容** 介護予防についての学び（転倒・骨折予防、認知症予防、サポート方法など）健康体操や脳トレ、サロンで使えるレクリエーション

**定員** 20人（先着順）

**参加料** 500円（テキスト代）

**申込方法** 市高齢者支援課（市役所1階6番窓口）で直接申し込むか、電話で申し込んでください。

**申込期限** 8月20日（火）

地域を元気に  
しましょう！



**問合せ** 市高齢者支援課元気・長生き係  
☎22-2111 内線1212

**日程** ※毎週火曜、全9回

①	9月3日（火）	⑥	10月22日（火）
②	9月17日（火）	⑦	10月29日（火）
③	10月1日（火）	⑧	11月12日（火）
④	10月8日（火）	⑨	11月19日（火）
⑤	10月15日（火）	※⑧⑨はサロン実習です	

# 報 告 情 報 ひろば

内容が変更になることがあります。詳しくはお問い合わせください。

## お知らせ

8月15日(木)の開庁時間延長は中止します

人吉花火大会が開催される8月15日(木)は市役所窓口の延長日と重なりますが、周辺道路や駐車場の混雑が予想されるため、開庁時間を延長しません（通常どおり午後5時15分閉庁）。人吉花火大会を中止した場合でも、時間延長は

行いませんのでご了承ください。戸籍などの時間外届出は、いつもどおり守衛室で受け付けます。

**問合せ** 市総務課職員係

### 年金生活者のための 支給給付金があります

年金生活者支援給付金とは、年金を含めても所得が低い人の生活を支援するために、年金に上乗せして支給するものです。年金と同様に2カ月ごとに支給されます。

**対象者**  
■**老齢基礎年金を受給している人**

次の要件を全て満たしている必要があります  
・65歳以上である  
・世帯員全員が市町村民税非課税となっている  
・前年の年金収入額とその他の所得額の合計が87万8900円以下である

■**障害基礎・遺族基礎年金を受給している人**

次の要件を全て満たしている必要があります  
・障害基礎年金または遺族基礎年金を受給している  
・前年の所得額が約47.2万円1千円以下である

新たに給付金の支給対象となる人には日本年金機構から年金生活者支援給付金請求書が送られます。

すでに給付金を受給している人は、2年目以降の手続きは原則不要です。

**問合せ** 給付金専用ダイヤル（☎0570・05・4092）、八代年金事務所（☎0965・35・6123 ※自動音声受付①→②）、市民課国保年金係

### 「ご存じですか？」 特定健診のみなし健診

市では、40～74歳の国民健康保険に加入している人を対象に特定健診を実施しています。

病院で定期的に検査を受けている人は、その検査結果を市に提供することで、特定健診を受けたとみなされる「みなし健診（情報提供事業）」があります。ぜひ活用ください。みなし健診に必要な健診項目など、詳しくは、かかりつけの医療機関にお尋ねください。

年に1回の健診受診は、自分の体の状態を知る絶好の機会です。特定健診をまだ申し

## 盛土などの行為には許可・届出が必要です

令和3年7月に静岡県熱海市で大雨に伴う盛土の崩落で大きな被害が発生したことから、土地の用途（宅地、森林、農地など）にかかわらず、危険な盛土などを全国一律の基準で規制する「盛土規制法」が制定されました。

### Check! 盛土規制法のポイント

- ①「宅地造成等工事規制区域」と「特定盛土等規制区域」の2種類の規制区域を県が指定
- ②規制区域内で一定規模以上の盛土などを行う場合には、あらかじめ許可や届出が必要
- ③許可を受けるためには法定の安全基準を満たすことが必要
- ④規制区域内の盛土などが行われている土地では土地所有者などが常に安全な状態を維持することが必要

### Check! いつから許可・届出が必要ですか？

令和7年度からを予定しています。詳しい日程は、今後、県ホームページなどでお知らせします。

**宅地造成等工事規制区域**

市街地や集落、その周辺など盛土などが行われれば、人家などに危害が及ぶ恐れがある区域

**特定盛土等規制区域**

市街地や集落などから離れているものの、地形などの条件から盛土などが行われれば、人家などに危害が及ぶ恐れがある区域など



引用元：国土交通省パンフレット



**問合せ** 県土木部建築住宅局建築課  
☎096-333-2542 ▲県ホームページ

## 被災者生活再建支援金（加算支援金）の申請期限を延長します

令和2年7月豪雨で住居が全壊などの被害を受け基礎支援金を申請した世帯や、住居が中規模半壊の被害を受けた世帯が、住まいを再建する場合に支給される被災者生活再建支援金（加算支援金）の申請期限を延長します。

加算支援金の支給額は、住宅の再建方法、世帯員数に応じて18.75万～200万円です。

**変更前** 令和6年8月3日（土）

**変更後** 令和7年8月3日（日）

申請には、住宅を建設・購入、補修または賃借するときの契約書の写しが必要です。  
※契約内容で追加書類が必要な場合があります。

**問合せ** 市福祉課被災者支援係  
☎22-2111 内線1251

### マイナンバーカードで限度額 認定証などの提示が不要に！

医療機関の窓口でマイナンバーカードを保険証として利用すると、「限度額適用認定証」や「限度額適用・標準負担額減額認定証」の提示が不要です。医療費の自己負担額が限度額までの支払いとなり、住民税非課税世帯の人は、入院時の食事代の負担が軽減されます。

**マイナンバーカードをお持ちでない場合は**

「限度額適用認定証」の更新が必要な場合は、8月中に必ず手続きをお願いします。保険証と本人確認書類（運転免許証など顔写真付きのもの）をお持ちください。

※保険税の滞納がある人は、認定証が発行できない場合があります。

**問合せ** 市民課国保年金係