

集団健診日程のお知らせ

■ 特定健診、胃・肺・大腸がん検診 ■

場所 西原町保健センター（西原町役場）
受付時間 8：00～11：00
自己負担額 特定健診：（20代30代）1,300円、（40歳以上）無料
 胃がん：1,000円、肺がん：400円、大腸がん：600円



Web予約 →

予約申し込み先 沖縄県健康づくり財団
 電話番号：098-889-6492（*予約受付時間8:30～12:00、13:00～16:00）※土日祝除く

日程	対象行政区	予約受付期間	
		Web予約	電話予約
6/12 水	幸地、幸地ハイツ、翁長、津花波、嘉手苅、小那覇、安室、県営幸地高層住宅	4/15(月)～5/6(月)	5/15(水)～5/17(金)
7/11 木	上原、呉屋、西原台団地、小橋川、与那城、美咲、県営坂田高層住宅	5/16(木)～6/6(木)	6/12(水)～6/14(金)
8/8 木	千原、内間、県営内間団地、平園、兼久、西原ハイツ、池田	6/13(木)～7/3(水)	7/10(水)～7/12(金)
9/1 日	棚原、徳佐田、森川、坂田、掛保久、我謝、桃原、小波津、小波津団地、県営西原団地	7/4(木)～7/25(木)	7/31(水)～8/2(金)

【お問い合わせ】 健康保険課 保健予防係 ☎098-911-9163

【お詫び】

令和6年度西原町の健診総合ガイドに掲載している「集団健診（がん検診）自己負担額」につきまして、金額の誤りがございましたので、下記のとおり訂正してお詫び申し上げます。

・肺がん検診（誤）600円 → **（正）400円** ・大腸がん検診（誤）400円 → **（正）600円**

健康だより

春、体調管理のポイント

過ぎしやすい春を迎え、進学や就職、人事異動、引っ越し等、新しいスタートの季節となりました。新しい環境は、意識している以上に緊張し心身のエネルギーを使います。気づかぬうちに睡眠不足やストレスで体調を崩してしまう場合もありますので、注意が必要です。

こんな時は、少し立ち止まってみましょう。

- 不安や心配事が頭を離れない
- 寝つきが悪い、よく眠れない、朝起きにくくなった
- 何事にも興味がわかず、楽しくない
- 食欲がない、または過食してしまう・・・
- 気持ちが張りつめている
- すぐ疲れる、だるさが続く
- やる気が起きない、集中できない

環境の変化に負けない身体づくりと心のバランスを整えるためには、以下をお勧めします。

生活リズムを整える

ポイントとなる時間は3つ、「起きる時間」「寝る時間」「食事の時間」です。毎日なるべく同じ時間になるように心がけましょう。

栄養バランスのよい食事

ビタミンやミネラルが豊富な野菜や果物やタンパク質が不足しないようにし、栄養バランスの良い食事を心がけましょう。

休養をとる

休日は何もしない、のんびりした時間も必要です。音楽を聴いたり、散歩や適度な運動（ストレッチや散歩）をする等、自分なりのリラックス法で休日を過ごしましょう。



西原南幼稚園は『西原南こども園』に生まれ変わります！

西原南幼稚園は、保護者の保育ニーズへの対応と幼児教育環境の充実を図るため、令和6年4月1日から「西原南こども園」に新たに生まれ変わります！

西原南こども園では、新たに3歳児クラスが設置され、3歳児から5歳児までの一貫した教育・保育が提供されます。

また、これまでの西原南幼稚園の教育理念を継承しながら、西原南小学校や地域・住民、町内保育施設等との変わらぬ協力関係を維持・強化しつつ、より良い幼児教育環境の提供に向け、町と運営法人（社会福祉法人弘文会）が強く連携して取り組んでいきます。

■西原南こども園は「公私連携」の施設として、社会福祉法人弘文会が運営することになりますが、町では、引き続き西原南こども園の適正運営や教育・保育内容に関し、緊密に連携を図っていきます。

【お問い合わせ】 企画財政課チャレンジプロジェクトチーム ☎098-945-4533

価格高騰対応重点支援給付金 （均等割のみ課税世帯、こども加算）のご案内

国の方針に基づき、住民税均等割のみ課税世帯及び住民税が非課税又は均等割のみ課税世帯の子育て世帯への負担を軽減するため、下記内容で給付金の支給を行います。詳しくは右のコードからホームページをご覧ください。



① 住民税均等割のみ課税世帯に対する給付金

【給付額】 **1世帯あたり10万円**

【対象となる世帯】

- 令和5年12月1日時点で西原町に住民登録があり、次のすべてに該当する世帯
- 非課税世帯に対する価格高騰対応重点支援給付金（7万円）の支給を受けていないこと。
- 世帯全員が、令和5年度分の住民税が非課税又は住民税均等割のみ課税であること。
- 住民税が課税されている者の扶養親族のみで構成された世帯でないこと。
- 世帯の中に、未申告である者がいないこと。
- ※未申告の方は収入申告をして住民税非課税又は住民税均等割のみ課税であることの確認が必要です。

② 非課税世帯及び住民税均等割のみ課税世帯に対するこども加算給付金

【給付額】 **対象の児童1人あたり5万円**

【対象となる世帯】

- 住民税非課税世帯及び住民税均等割のみ課税世帯に対する給付金の支給対象者で、以下のいずれかに該当する児童がいる世帯
- 令和5年12月1日時点で同居している平成17年4月2日生まれ以降の児童
- 令和5年12月2日以降に出生した児童
- 別世帯だが扶養している平成17年4月2日生まれ以降の児童（※）対象の児童がいる場合は下記連絡先まで必ずご連絡ください。

【申請方法及び支給時期】

対象者に対して、4月中に通知書を発送いたします。通知内容を確認して返送が必要な方は返送してください。書類受理し決定後、3～4週間程度で口座へ振込みます。

【申請期限】 令和6年5月31日（金）

※詐欺被害にご注意ください！ >> 不審な電話や郵便物等については、消費生活センターや警察署などにご連絡ください。

【お問い合わせ】 西原町価格高騰対応重点支援給付事業プロジェクトチーム ☎098-970-8433

