

●●● 令和2年度国保ヘルスアップ事業 地域資源を活用した健康づくり事業 問 町民課 国保年金係 ☎(83)1225

ナビー
NavBEEで「こころと身体^{ナビー}の健康づくり」を！

町公式サイトに掲載のNavBEE（ナビー）は、皆さんの「こころと身体^{ナビー}の健康づくり」に気軽に利用できるセルフチェックシステムです。これまでのこころの健康状態を見る「メンタルチェック」に加え、新しく「身体^{ナビー}の健康チェック」が行えるようになりました。特定健診などの結果を入力し、生活習慣についての簡単な質問に答えると、かわいいハチのイラストであなたの健康状態をお知らせします。

新しい機能が加わったこのシステムを、有効に活用していただき、ご自身の健康管理にお役立てください。

こころと身体^{ナビー}の健康チェック NavBEE(ナビー)の使い方

①パソコン・スマートフォンで、松田町公式サイトを開き、トップページ右下にあるバナーをクリックする。または、スマートフォンでQRコードを読み込んでいただき、チェック画面に進んでください。

こころの健康
見える化チェック

クリック

②「特定健診を受診された方」、「メンタルチェックを行う方」それぞれに、画面表示に従って性別・生年月日・身長・体重などを入力する。

③表示に従って質問に答えていくと、自分の「こころの健康状態」「ストレス対処法」「サバイバル力（ストレスを跳ね返す力）」「生活習慣」「病歴・投薬」の結果が判定され、「結果報告書」が表示されます。

NavBEE 生活習慣 (結果)

NavBEE 検査結果/病歴・投薬 (結果)

④結果報告書はパソコンなどに保存し、健康管理にご活用ください。

各種計画などへの意見募集について
(パブリックコメント)

町に関わる各種計画などについて意見募集を行います。各種計画案などは町公式サイトに掲載するほか、役場の各課担当窓口で閲覧できます。ぜひご意見をお寄せください。

●第8期高齢者福祉計画・介護保険事業計画(案)
介護保険事業計画等策定委員会において作成した第8期高齢者福祉計画・介護保険事業計画の案について1月中旬に町公式サイトに掲載し、意見を募集します。

問 福祉課 高齢介護係 ☎(83)1226

●足柄上地区ごみ処理広域化に向けた基本方針(案)
南足柄市および足柄上郡5町で設置しているあしがら上地区資源循環型処理施設整備調整会議において検討を続けてきました、足柄上地区ごみ処理広域化に向けた基本方針の案について意見を募集します。詳細は1月中旬に町公式サイトに掲載します。

問 環境上下水道課 環境係 ☎(83)1227

●耐震改修促進計画の改正
耐震改修促進計画の改正に向けて、皆さまの意見を募集しています。計画案や募集要項などは町公式サイトからダウンロードできるほか、役場1階まちづくり課窓口でも配布しています。また、12月28日の回覧にて詳細を周知しています。

1 意見提出方法
(1) 郵送 (2) FAX (3) メール
(4) まちづくり課窓口への提出
※平日午前8時30分～午後5時15分の間
2 意見提出期間
令和2年12月28日から令和3年2月5日まで
※様式は問いませんが、案のどの部分に対する意見か明示ください
3 問い合わせ先および意見提出先
まちづくり課 都市計画係 ☎(84)1332
FAX(83)5031

安全防災担当室だより

問 安全防災担当室 防災防犯係 ☎(84)5540

「119」のかけ方

①火災であることを伝える
②火災現場の場所(住所)
③何が燃えているか
④けが人や逃げ遅れている人がいるか
⑤通報者の電話番号
⑥通報者の名前

火災発生時の行動について①

火災が発生したら、まず大きな声で周囲に知らせましょう。その後、「通報」「初期消火」「避難」の順に行動するのが原則です。なお、次号では「初期消火」「避難」の具体的な方法についてご紹介します。

火災時はパニックになりやすいので、ゆっくりと話すように心がけましょう！

＜行動1＞ 隣近所に早く知らせる
①大きな声で「火事だー！」と叫び、隣近所に知らせる。声が出ないときは、非常ベルを鳴らすか、やかんやなべなど音が出るものをたたく。
②どんなに小さな火事でも必ず119番通報する。

火災地点を確認するのに時間がかかる傾向があります。携帯電話から通報するときは、次の点に注意してください。
①所在や目標を確かめてから通報する
②携帯電話であることを伝える
③自動車からの通報は、安全な場所に停車してから通報する
④通話終了後もしばらくは電話を切らないようにする
⑤途中で通話が切れないように注意する
⑥高速道路では火災地点を正確に伝える