

来年度予算要求をお寄せください

議員団控室 Tel.Fax 046(225)2709

話題あれこれ

市民要望を市に届ける

皆さんからのいろいろな要望。それを、党議員団がどのように扱っているかと言いますと・・・

道路・施設等の関係ですと、まず現地に行き、変な目で見えていく通行人にもめげず、周辺も含め写真を撮ります。その後、市の担当課に話をします。すぐ対応してもらえないものもありま

は・・・とためらわずに、気軽に生活の中で気付いたこと、困っていること、要望、また、市政についての改善策などのアイディアもお寄せください。

雑草はきれいにカット

「中央公園北側の県職員厚木アパートフェンスの草がぼうぼうだ。なんとかして！」の声が議員団に届けられました。

さっそく、市の道路維持課に頼みましたが、県の用地。そこで、市から県に伝えて草を刈ってもらいました。



【ビフォー】草が道にはみ出して通行の邪魔になっています。



【アフター】すっきりと草が刈られ歩きやすくなりました。

話題あれこれ

人間ドックを受けました そして：メタボの「積極支援」（釘丸議員）

議員団は毎年、厚木市国民健康保険事業の「人間ドック助成制度」を利用し、人間ドックを受診しています。釘丸議員は、昨年の検診で、「メタボ」（予備軍だ）と思うのですが、と判定され、生活習慣を改善するために六ヶ月間にわたって、保健師の指導・助言を受けました。血圧・腹囲・血糖値などが基準より少し高かったというもの。運動Ⅱ歩数計を付けて1日7千歩以上（自己目標）、食事は①朝食を抜かない、②休



肝日を週に2日、③間食を減らす、などを決め、努力しました。6ヶ月経っての結果は、血圧・体重は改善されました。BMI（肥満度）も25以下に。腹囲は減ってもまだ基準値以上。

今年の人間ドックは9月27日。医師からは「改善しても、まだドカ食いすると戻りますよ！」と怖き下げに頑張ります！

みなさんも、人間ドックを受けましょう！

※厚木市国保の人間ドック助成

国保料の滞納のない世帯で満20歳以上の人が人間ドックを受診するときに助成。
20～39歳 2万5千円 40～74歳 2万円。
5月末までに健診機関人間ドックの予約をして、市の国保年金課に申し込むと助成券を送付します。今年分は終了。ぜひ来年補助を受けて下さい。

※特定健康診査・特定健康指導

年齢による医療差別を持ち込んだ後期高齢者医療制度により、「生活習慣病」を予防するという観点で義務付けられたもの。（平成20年4月より）

お差し支えなければ、ご記入をお願いします。

ご住所

お名前 電話