

ICT連動で健康管理 スマイル松山プロジェクト

ICT(情報通信技術)を活用したウォーキングなどにより、市民が健康で住みやすく、観光客に魅力ある街を目指す「スマイル松山プロジェクト」。そのうち、健康状態の把握と改善に取り組む健康ICTで、特に成果のあった人や積極的に参加した人の表彰式が3月2日、市総合福祉センターで行われました。

スマートスーさん賞(ベストダイエット賞体重減少比率)を受賞した井澤剛一さん(久米窪田町)に成功の秘訣を伺いました。

※「観光・健康ルート表示、防災支援機能のあるアプリ」「ハイイク&安心ナビ」を公開しています。詳細はホームページ <http://smile-matsuyama.com/> を確認

いろいろなフォローが受けられ、心強い!

今回のプロジェクトで、8キロの減量に成功した上、血液検査の数値も改善され、うれしいです。愛媛大学の先生から活動状況に基づいたアドバイスをいただくなど、いろいろなフォローが受けられ、励みになりました。直接指導コースでは、健康運動指導士から効果的な運動方法、栄養士から食事制限などの助言をいただき、心強かつ



アドバイスを受けながらウォーキングする井澤さん(右)(直接指導コース)

たです。また体重や歩数などの情報がパソコンで管理されるため、結果が目に見え、目標を持って取り組みました。

パソコンで歩数、アドバイスメールなどをチェック

参加者募集

【内容】活動量計(無料貸し出し)を着けて、日常生活の中で街歩き。身長、体重などの健康データを測定(無料)、週1回の直接指導コース(有料)▼期間 5月〜平成27年2月

【対象】個人が使用するスマートフォンまたはパソコンでインターネットを利用できる市内在住の18歳以上

※通信料は各自負担

【定員】500人(先着順)

【申し込み】4月30日(水)(消印有効)までに、直接または郵送、ファクス、eメールで、申込書(観光・国際交流課(市役所本館8階)、市ホームページにあり)を〒790 8571 観光・国際交流課 kankou@city-matsuyama.chime.jp



分析に基づくアドバイスを受けましょう!

お問い合わせは、観光・国際交流課 ☎948-6558・☎943-9001へ

地区の方の声

●東山分館の建設に間に合うように下水道整備をしてほしい(70代・男性)

●文化遺産を巡る校外学習に多くの人が参加してほしい、地元を知ってほしい(70代・男性)

●町費の負担が軽くなるの



小中学生も積極的に発言

宮前地区 タウンミーティング

地域で市長と話そう!

2月22日(土)開催
参加者66人

人口1万4710人
世帯数16104世帯
(3月1日現在)

感想
●住みやすい宮前地区づくりに参加したいと思った(60代・女性)

※抜粋、要約しています。詳細は市ホームページに掲載します

お問い合わせは、タウンミーティング課 ☎948 6333・☎934 2336へ



由美選手
(3月12日受賞)



清美さん
(2月25日受賞)

第52回電話対応コンクール
優勝

かがやき松山大会
優勝

後期高齢者医療保険料

平成26・27年度の後期高齢者医療保険料が下記のとおり変わります。

県後期高齢者医療広域連合では、後期高齢者医療制度の健全な運営を維持するため、2年に一度、保険料を見直しています。

近年の高齢化の進展や医療の高度化などにより医療費が年々増加していることから、今回の改定では、県財政安定化基金などを活用し、上昇する保険料の負担を抑えま

平成26・27年度 保険料

1人当たりの保険料は、被保険者が均等に負担する「均等割額」と被保険者の前年所得に応じた「所得割額」の合計となります。

均等割額	所得割額	保険料(年額)
45,231円	(総所得金額等 - 33万円) × 9.05%	※10円未満切り捨て 限度額57万円
(平成24・25年度は44,194円)	(平成24・25年度は8.72%)	(平成24・25年度は限度額55万円)

保険料の負担軽減を継続

所得の低い人や、被用者保険(健康保険組合や共済組合などの医療保険。市町村国保や国保組合は対象外)の被扶養者だった人の保険料を、引き続き軽減します。また今回から均等割額の軽減対象が一部拡充されます。所得の低い人の軽減額は世帯の所得水準などに応じて異なります。

社会全体で制度を支えています

医療にかかる費用のうち、医療機関などで支払う窓口負担を除いた費用を、公費(国・県・市町の負担金)で約5割、高齢者支援金(現役世代の保険料)で約4割、残りの約1割を被保険者の皆さんが保険料として負担し、社会全体で後期高齢者医療制度を支えています。

三平さん夫婦めで鯛使就任

三津の朝市「旬・鮮・味まつり」春の陣が3月1日、水産市場で開催され、多くの家族連れらが新鮮な魚介類を買い求めたり、釣り堀などを楽しんだりしていました。

また落語家・林家三平さんと女優・国分佐智子さん夫妻の「松山めで鯛使任命式」も行われ、三平さんは「タイの魅力をとくさんお届けした」と意気込みを語りました。

鯛使には今後、特典付きの名刺を全国で配るなど、瀬戸の小魚や松山の知名度向上、本市の魅力発信に役買ってもらいます。

お問い合わせは、水産市場運営協議会事務局(市場管理課内) ☎951 2311・☎951 4888へ



新鮮な魚を買い求める来場者