



ねんりんピックに向けて練習に励むテニス県代表の皆さんと大会マスコットのさくらじまん

成功させよう ねんりんピック

福祉に関する相談窓口

- ◇**保健福祉総合相談・案内窓口**
保健福祉の総合相談窓口【市役所本庁 216-1241(FAX216-1491)、谷山支所 269-2111(FAX267-6555)】
- ◇**家庭児童相談**
児童の養育や家庭の相談、虐待の通報など【家庭児童相談室 216-1262、谷山福祉事務所福祉課 269-8472~8473】
- ◇**母子相談**
母子・寡婦家庭への貸し付けや就労支援など【母子自立支援室 216-1264、谷山福祉事務所福祉課 269-8472~8473】
- ◇**介護保険相談**
【介護保険課 216-1277、谷山福祉事務所福祉課 269-8472~8473、伊敷福祉課 229-2111、吉野福祉課 244-7379】
- ◇**高齢者福祉相談**
【高齢者福祉相談室 216-1270】
- ◇**民生委員・児童委員**
地域の一人暮らし高齢者への訪問、児童健全育成など【地域福祉課 216-1244】

健康に関する各種相談など

- 各保健センター、保健福祉課へ
- ◇**健康相談**
生活習慣病・介護予防など、各種検査・測定あり
- ◇**成人歯科相談**
歯科検診・相談・歯みがきの仕方などの指導を行っています
- ◇**乳幼児相談**
子育てや保健福祉サービスなどに関することに、保健師や心理相談員が電話や面接で相談に応じます
- ◇**栄養・難病相談**
- ◇**精神保健福祉相談**
- ◇**メタボリック症候群・うつ病・がん・介護予防の健康教室 など**

健康と生きがいづくり

ねんりんピック鹿児島2008

- ◇「ねんりんピック」の愛称で親しまれている全国健康福祉祭が本県で開催されます
- ◇ねんりんピックは、60歳以上の人たちを中心に健康づくりや生きがいづくりの高揚、社会参加の促進を目的とした、スポーツ、文化、健康と福祉の総合的な祭典です
- ◇**会期** 10月25日(土)~28日(火)
- ◇**大会テーマ** 「かごしまで 元気・ふれ合い・ゆめ噴火」
- ◇**本市での開催種目**
本市では、以下の6種目の交流大会が開催されます

種目	会場	競技日程
卓球	松元平野岡体育館	10月26日(日)・27日(月)
テニス	県立鴨池庭球場	10月26日(日)・27日(月)
ソフトテニス	東開庭球場	10月26日(日)・27日(月)
なぎなた	桜島総合体育館	10月26日(日)・27日(月)
水泳	鴨池公園水泳プール	10月26日(日)・27日(月)
ダンススポーツ	県総合体育センター体育館	10月26日(日)

※自由に観戦できます。各会場では、健康づくり指導・健康チェックなどを行う「健康づくり教室」もあります

【高齢者福祉課 216-1374】

4月から改正しました

■かごしま温泉健康プラザの休館日



改正後
火曜日(休日のときは、その翌日)

■マリンピア喜入の開館時間と休館日

◇開館時間

施設	改正後
八幡温泉保養館 室内温水プール	10時~21時

◇休館日

施設	改正後
八幡温泉保養館 室内温水プール 多目的広場	第2月曜日(休日のときは、その翌日)



【健康づくり推進課 216-1492】

子育て中の親子の交流や相談、子育て情報の提供を行う場としてオープンしました。子育ての不安解消のため、お気軽にご利用ください。

◇開館時間 10時～18時
◇休館日 12月29日～1月3日
◇対象 ①小学校就学前の子どもとその家族 ②妊娠中の人 ③子育て支援活動を行う人など

◇主な業務 ①子育て中の親子と子どもが気軽に話し、その子どもが気軽に話し、相互に交流する場の提供



4月1日オープン
親子の「なごみひろば」

子育て支援

平成17年度税制改正による65

【親子つどいの広場26・553】
4月1日移転
ファミリーサポートセンター
親子つどいの広場「なごみひろば」の一階に移転しました。
ファミリーサポート・センターでは、仕事と家庭の両立を支援し、育児に関する負担の軽減を図るために、ここに子育て応援隊による支援をしています。



子育てに関する相談と援助
③子育てと子育て支援に関する講習会
④子育て支援に関する情報の提供など

◇施設内容 子ども広場、憩いの広場、ママ・パルルーム、赤ちゃんサロン、研修室、相談室、屋上広場など

■愛称とモザイク画の原画決定
「親子つどいの広場の愛称とモザイク画の原画を募集しましたが、選考の結果、愛称は「なごみひろば」に決定、モザイク画も完成し、3月30日の完成式典で発表されました。

【子育て支援推進課216・1259】
にこにこ子育て応援隊が子育て家庭を応援
本市では、子育てを応援する気運を高め、安心して子どもを生み育てやすい環境づくりを進めるために、ここに子育て応援隊による支援をしています。

◇地域みんなで応援隊(40団体)
地域で子育てを応援する市民活動団体など

子育て支援機能を担う総合的な拠点施設として、未来を担う子どもたちや子育て中の親たちの互いの交流、遊びの場、学びの場、育児相談、子育て関連情報の提供などを行う「すこやか子育て交流館(仮称)」を、旧与次郎ヶ浜荘を活用して整備しています。今年度は基本計画の策定を行います。

減を図るために、約1800人の会員が登録し会員相互による育児の相互援助活動を実施しています。

育児の援助を依頼する依頼会員、育児の援助を行う提供会員、どちらも可能な両方会員、あなたも会員になりませんか。
【ファミリーサポート・センター216・7855】FAX226・0805

◇「お出かけラク！トーク」応援隊が提供するサービスを受けられるためには、子育て支援バスポートが必要
◇交付対象 本市に住民登録が外国人登録をしている満18歳未満の子どもや妊娠している人がいる世帯 ※1世帯に1枚

◇申し込み 直接子育て支援推進課か各支所福祉担当窓口にお申し込みください。封書、Eメール、ファックスで申請者保護者の住所、氏名、ふりがな、電話番号、養育している

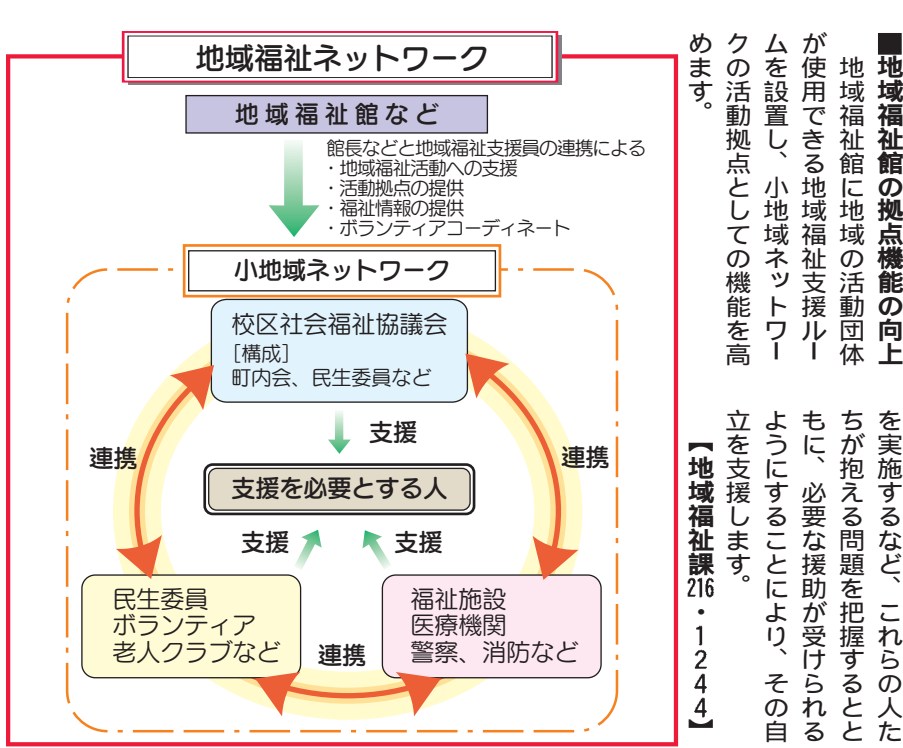


◇職場のパパママ応援隊(14事業) 従業員の子育てを応援する事業
◇お出かけラク！トーク応援隊(207店舗) 買い物時に割引をしていただくなど、子育てに配慮する店舗や施設など ※シンボルマークのステッカーが目印

◇改正に伴う手続き 特にお子どもがいない世帯でも、子育て支援バスポートを利用するために、子育て支援バスポートの交付が必要
◇改正に伴う手続き 特にお子どもがいない世帯でも、子育て支援バスポートを利用するために、子育て支援バスポートの交付が必要

◇改正の内容 3歳未満児の保険適用の医療費を全額助成します。月々の初日が誕生日のときは、誕生日の前月の診療分まで全額助成されます。
◇実施時期 今年4月診療分
◇助成額 0歳～3歳未満児：保険診療による一部負担金の額 3歳児～小学校就学前まで：各月ごとの保険診療による一部負担金の額の合計が2000円を控除した額
市町村民税非課税世帯は保険診療による一部負担金の額) ※健康診断や予防注射などの保険適用外の医療費、保険者から支給される高額療養費や付加給付金などは助成の対象外
◇請求方法など 医療機関などで受診のときに、保険証に添えて受給者証を必ず提示し、保険適用による一部負担金を支払ってください。後日指定の口座に助成金を振り込みます

◇改正の内容 3歳未満児の保険適用の医療費を全額助成します。月々の初日が誕生日のときは、誕生日の前月の診療分まで全額助成されます。
◇実施時期 今年4月診療分
◇助成額 0歳～3歳未満児：保険診療による一部負担金の額 3歳児～小学校就学前まで：各月ごとの保険診療による一部負担金の額の合計が2000円を控除した額
市町村民税非課税世帯は保険診療による一部負担金の額) ※健康診断や予防注射などの保険適用外の医療費、保険者から支給される高額療養費や付加給付金などは助成の対象外
◇請求方法など 医療機関などで受診のときに、保険証に添えて受給者証を必ず提示し、保険適用による一部負担金を支払ってください。後日指定の口座に助成金を振り込みます



◇詳しくは地域福祉課216・1244

◇詳しくは地域福祉課216・1244

長寿健診
後期高齢者医療制度加入者(75歳以上)が一定の障害がある65歳以上の人を対象に「長寿健診」が始まりました。

◇長寿健診は、糖尿病などの生活習慣病の早期発見などのために行うものです。
◇対象者には、健診の案内を郵送しますので、案内の内容に基づき指定の医療機関などで受診してください。
◇詳しくは、いきいき受診券をご覧ください

【高齢者福祉課216・1268】

本来の保険料		平成20年度保険料の特例	
所得段階	保険料年額	税制改正の影響を受けないときの所得段階	保険料年額
第4段階	4万8800円	第1段階	4万500円
		第2段階	4万4400円
		第3段階	4万8800円
第5段階	6万1000円	第1段階	5万2700円
		第2段階	5万6600円
		第3段階	5万6600円

紙おむつなどの助成
紙おむつを使用している65歳以上の人で、県民税非課税世帯の人、生活保護世帯や介護保険対象者の施設へ入所している人を除くを対象に紙おむつなどの助成を行います。

◇在宅の人は現物支給
◇入院の人(介護療養病床を除く)は月額4000円を限度に購入費を助成
※毎月分が承認申請が必要(申請月分から助成可能)
【高齢者福祉課216・1267、谷山福祉事務所福祉課269・8473、各支所の福祉課・保

◇内容 利用可能回数の範囲内で1回1000円まで入浴できる

◇内容 利用可能回数の範囲内で1回1000円まで入浴できる

◇内容 利用可能回数の範囲内で1回1000円まで入浴できる

◇内容 利用可能回数の範囲内で1回1000円まで入浴できる

◇内容 利用可能回数の範囲内で1回1000円まで入浴できる

◇内容 利用可能回数の範囲内で1回1000円まで入浴できる

◇内容 利用可能回数の範囲内で1回1000円まで入浴できる

◇内容 利用可能回数の範囲内で1回1000円まで入浴できる

高齢者福祉

後期高齢者医療制度加入者(75歳以上)が一定の障害がある65歳以上の人を対象に「長寿健診」が始まりました。

◇長寿健診は、糖尿病などの生活習慣病の早期発見などのために行うものです。
◇対象者には、健診の案内を郵送しますので、案内の内容に基づき指定の医療機関などで受診してください。
◇詳しくは、いきいき受診券をご覧ください

【高齢者福祉課216・1268】

紙おむつなどの助成
紙おむつを使用している65歳以上の人で、県民税非課税世帯の人、生活保護世帯や介護保険対象者の施設へ入所している人を除くを対象に紙おむつなどの助成を行います。

◇在宅の人は現物支給
◇入院の人(介護療養病床を除く)は月額4000円を限度に購入費を助成
※毎月分が承認申請が必要(申請月分から助成可能)
【高齢者福祉課216・1267、谷山福祉事務所福祉課269・8473、各支所の福祉課・保

◇内容 利用可能回数の範囲内で1回1000円まで入浴できる

◇内容 利用可能回数の範囲内で1回1000円まで入浴できる

◇内容 利用可能回数の範囲内で1回1000円まで入浴できる

◇内容 利用可能回数の範囲内で1回1000円まで入浴できる

◇内容 利用可能回数の範囲内で1回1000円まで入浴できる

◇内容 利用可能回数の範囲内で1回1000円まで入浴できる

◇内容 利用可能回数の範囲内で1回1000円まで入浴できる

◇内容 利用可能回数の範囲内で1回1000円まで入浴できる

始まりました！ 後期高齢者医療制度

3月まで
老人保健制度
国民健康保険や社会保険などの医療保険に加入しながら、老人保健制度で医療の給付を受けていました

4月から
後期高齢者医療制度
これまで加入していた医療保険の資格を喪失し、後期高齢者医療制度で保険料を納付し、医療の給付を受けることになります

◇対象(被保険者)となるのは…
広域連合の区域内に住む
①75歳以上の人
②65歳以上で一定の障害があり、広域連合の認定を受けた人(障害認定)
※それぞれ誕生日、認定を受けた日から資格を取得します

障害認定の取り下げ
老人保健制度で障害認定を受けていた75歳未満の人は、認定を引き継ぎ、後期高齢者医療制度の被保険者となります。
ただし、保険料や給付などを考慮した上で、いつでも障害認定を取り下げることができます



3月中に対象者全員に保険証を送付しています
届いてないときは連絡を
※古い保険証、老人医療の受給者証は使用しないでください

◇保険料(年額)は…

保険料 = 均等割額(4万5900円) + 所得割額(総所得金額など - 基礎控除33万円) × 所得割率(8.63%)

<保険料の軽減措置>

1. 所得に応じて、以下の軽減措置があります

被保険者及び世帯主の前年の所得の合計額	軽減割合(均等割額)	保険料
33万円以下	7割軽減	1万3700円 + 所得割額
33万円 + (24万5000円 × 世帯主以外の被保険者数)以下	5割軽減	2万2900円 + 所得割額
33万円 + (35万円 × 被保険者数)以下	2割軽減	3万6700円 + 所得割額

例えば…

①夫78歳で年金収入320万円、妻76歳で年金収入70万円のとき

夫	妻
年金収入 320万円 公的年金等控除 120万円 基礎控除 33万円 所得割率 8.63% 所得割額 14万4121円 均等割額 4万5900円 年間保険料額 19万円	年金収入 70万円 公的年金等控除 120万円 基礎控除 33万円 所得割率 8.63% 所得割額 0円 均等割額 4万5900円 年間保険料額 4万5900円

②1人世帯80歳で年金収入160万円のとき

夫	妻
年金収入 160万円 公的年金等控除 120万円 基礎控除 33万円 所得割率 8.63% 所得割額 6,041円 均等割額 1万3700円 年間保険料額 1万9700円	年金収入 160万円 公的年金等控除 120万円 基礎控除 33万円 所得割率 8.63% 所得割額 6,041円 均等割額 1万3700円 年間保険料額 1万9700円

※均等割の軽減判定
年金収入 160万円
公的年金等控除 120万円
基礎控除 33万円
所得割率 8.63%
所得割額 6,041円
均等割額 1万3700円
年間保険料額 1万9700円

2. 後期高齢者医療制度に加入する前日に社会保険の被扶養者であった人は、今年4月～9月は保険料を免除、10月～来年3月は均等割額が9割軽減されることとなり、今年度の保険料は、年額2200円となります

<保険料の納め方>
「特別徴収」…年金からの天引き
・年額18万円以上の年金を受給している人で、介護保険料と合わせた額が年金額の2分の1を超えないとき
・4月初めに保険料額の通知が届き、4月支給の年金から徴収開始となります
「普徴徴収」…金融機関の窓口での納付や口座振替など
・特別徴収に該当しない人
・年度途中で新たに被保険者になる人や、所得の更正などにより保険料額が変更となる人など
・7月に納付書が届きます。納期は7月～翌年3月の合計9期です
※今年度は、①国民健康保険以外の健康保険に加入していた人、②老人保健制度で障害認定を受けていた人、などは制度開始当初は普通徴収、10月からは特別徴収となる予定です

【高齢者福祉課 216-1268】

健康チェックにご利用ください いきいき受診券 4月から健診(検診)制度が変わりました

■腹部超音波検診が新たに加わりました

◇1回の検診で5つの臓器(肝臓、胆のう、すい臓、腎臓、ひ臓)の検査ができます(要予約)

■ミニドック検診から半日がん検診に変わりました

◇今年度40歳・50歳になる人は、特定健診以外の検診(各種がん検診、腹部超音波検診、骨粗しょう症検診、歯周疾患検診)が半日で受診できます(要予約)

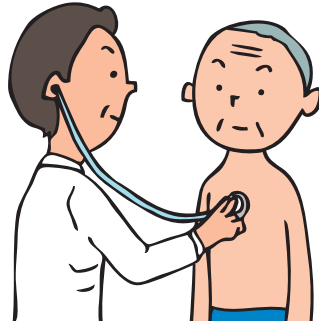
■日曜日の健診(検診)が増えました

◇各保健センターで日曜日に健診(検診)を行います。詳しくは受診券と同封の日程表で確認してください

■特定健診と特定保健指導が始まりました

◇メタボリックシンドロームの割合が高いとされる40歳~74歳までの人が対象です

4月上旬、対象者に「いきいき受診券」を郵送
【保健予防課 258-2321】



いきいき受診券
いきいき受診券は、特定健康診査やがん検診などの受診券をつづつたチケット式の総合受診券です。
◇対象 60歳以上の人、社会保険・共済組合などの本人でない人(自営業者、専業主婦)など
※社会保険などが本人名義でも、職場などでがん検診が受けられない人は、がん検診を受診できます(保険証が必要)
【保健予防課】

■地域で受けられる集団検診

検診の種類	対象	検診料
胃がん検診(間接撮影)	40歳以上	1000円
腹部超音波検診(エコー検査)		800円
胸部レントゲン検診(肺がん・結核検診)		無料 ※ただし問診の結果、喀痰検査の必要な人は500円
大腸がん検診(便の潜血検査)		600円
子宮がん検診(細胞診断)	20歳以上の女性	頸部検査600円
乳がん検診	40歳以上の女性	視触診+マンモグラフィ2方向撮影(40歳代)...1600円 視触診+マンモグラフィ1方向撮影(50歳以上)...1100円
骨粗しょう症検診(集団子宮がん検診会場で実施)	今年度40・45・50・55・60・65・70歳になる女性	300円
前立腺がん検診(血液検査) ※特定健康診査などと同時受診になります	特定健康診査などの対象者のうち、今年度50・55・60・65・70歳になる男性	400円

※胃・子宮・乳がん検診、腹部超音波検診は事前の予約が必要(いきいき受診券の最後のページの申込書を郵送してください)

■病院や診療所で受けられるがん検診

健診の種類	対象	検診料
子宮がん検診(細胞診断)	20歳以上の女性	頸部のみ...1800円 頸部・体部...2700円
乳がん検診	40歳以上の女性	視触診...700円 視触診後の集団マンモグラフィ単独検診(要予約) 40歳代(2方向)...1300円 50歳以上(1方向)...800円
病院や診療所で視触診を受けた人は、必ず集団検診会場でマンモグラフィ検査も受診してください		
大腸がん検診(便の潜血検査)	40歳以上	1000円
前立腺がん検診(血液検査) ※特定健康診査などと同時受診になります	特定健康診査などの対象者のうち、今年度50・55・60・65・70歳になる男性	700円
歯周疾患検診(歯科検診・歯周ポケット診査)	今年度40・50・60・70歳になる人	1300円

■半日がん検診

◇今年度40歳・50歳になる人は、胸部レントゲン検診、大腸・胃・子宮・乳がん検診、腹部超音波検診、骨粗しょう症検診、歯周疾患検診が半日で受診できます ※事前に電話での予約が必要

場所(予約電話)	検診料
県民総合保健センター(下伊敷三丁目1-7) 220-2622	男性 6000円 女性 8000円

積極的に利用しましょう

介護予防プログラム

要介護状態などになるおそれがある人(特定高齢者)を対象に、介護予防プログラムを実施しています。

■介護予防プログラムを利用するには(無料)

①生活機能評価を受ける
※いきいき受診券(旧すこやか受診券)で、医療機関や地域の公民館などで受けられます

②介護予防プログラムに参加することが望ましいと判断された人(特定高齢者)

③地域包括支援センターの職員が訪問し、本人や家族と一緒に介護予防プランを立てる

④介護予防プログラムを利用する

■介護予防プログラムのいろいろ

- 運動器の機能向上プログラム
理学療法士などの指導による
・足腰の筋力トレーニング
・バランストレーニングなどの運動を行います
- 栄養改善プログラム
管理栄養士などの指導による
・低栄養予防のための食事
・食方、調理方法、食材の購入方法を学びます
- 口腔機能向上プログラム
歯科衛生士などの指導による
・食べる、飲み込む機能を上げるための口腔の体操
・歯磨きや入れ歯の手入れ法を学びます
- 閉じこもり予防・支援、認知症・うつ病予防・支援
・訪問による個別支援
・心の健康相談を受けられます
【介護保険課 216-1277、保健予防課 258-2321】

健康・福祉に関する問い合わせ先

- 精神保健・難病相談に関すること
○保健予防課 258-2321
- 保健予防に関すること
○北部保健センター 244-5693
○東部保健センター 216-1310
○西部保健センター 252-8522
○中央保健センター 258-2321
○南部保健センター 268-2315
○吉田保健福祉課 294-1215
○桜島保健福祉課 293-2360
○松元保健福祉課 278-5417
○郡山保健福祉課 298-2114
○喜入保健福祉課 0993-45-3755

健康診査

がん検診などのほか「いきいき受診券」で受けられる健診

これまでの基本健康診査から、医療保険者が行う特定健康診査などに変わりました。

健診種類	対象者	問い合わせ
特定健康診査	40歳~74歳の国民健康保険加入者	国民健康保険課 216-1228
長寿健康診査	後期高齢者医療保険加入者	高齢者福祉課 216-1268
一般健康診査	40歳以上の生活保護受給者のうち社会保険未加入者	保健予防課 258-2321

- ◇検査項目 問診、身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査など
- ◇実施場所 委託医療機関(個別検診)、各保健センター、学校、公民館など(集団検診)
- ◇検診料 無料(「いきいき受診券」と保険証を持参)

- 妊婦健康診査の助成回数が増え5回になります
4月から妊婦健康診査の助成回数が3回から5回になります。また、新たな検査項目の追加など内容を充実します。
- ◇対象 4月以降に出産予定の妊婦
※3月以前に母子健康手帳の交付を受けた人には、妊娠届出の情報により追加分(4・5回目)の受診券を4月1日に郵送いたします(3月31日までに出生された人などは使用できません)
◇詳しくは保健予防課へ
- 就学前歯の健康づくり事業
◇内容 歯科検診とフッ素塗布
◇対象 翌年度に小学校に入學する幼児
◇実施場所 市内の委託歯科医療機関
◇負担金 600円
◇通知方法 7月ごろ個別に受診票(がき)を郵送予定
◇詳しくは保健予防課へ
- 麻しん・風しんの予防接種
◇4月から麻しん・風しんの定期予防接種の対象者に補足的接種として中学1年と高校3年相当の年齢の人が加わります
◇接種場所 市内の委託医療機関
◇来年3月31日までに公費負担の期間ですので、予約票が届いたら早めに接種しましょう
◇詳しくは保健予防課へ
- 検便受け付けの一部変更
◇今月から検便(腸内細菌検査)の受け付けは保健環境試験所の1カ所のみに変更になりました
※東部保健センターでは受け付けしません
◇受け付け 毎週月曜~水曜日 8時30分~12時、13時~15時
※祝日のある週は受け付けできないことがあります
◇詳しくは保健環境試験所 214・3361へ