



申請・お知らせ

インフルエンザの感染予防に心掛けましょう

◇予防方法...①こまめな手洗いとうがい ②流行時は人ごみをさける ③規則正しい生活やバランスのとれた食生活をおくる ④マスクの着用など咳エチケットを守る

問保健予防課258-2358



一部負担金の減免

◇災害を受けたときや事業・業務の休・廃止、倒産・解雇などによる失業(定年・自己都合退職を除く) 疾病・負傷などで収入が著しく減少したときは、医療費の自己負担額が減免されることがあります 問国民健康保険課216-1228

国保税の軽減・減免など

①軽減など

対倒産・解雇などで平成21年3月31日以降に離職し、離職日に65歳未満の人で、雇用保険の特定受給資格者か特定理由離職者

②減免

対平成22年中の所得が600万円以下で失業(定年退職、自己都合退職を除く)や休・廃業、疾病などで所得が前年の7割以下に激減し、国保税の納付が困難な人

①②共 申必要 問国民健康保険課216-1229

健康に心掛けましょう

◇本市の国保医療費は1人あたり年間約34万円逐年増加傾向にあります ◇日ごろから適度な運動やバランスのとれた食生活を心掛

け、特定健診やがん検診を受診するなど、病気の早期発見、早期治療に努めましょう ◇薬はジェネリック医薬品を利用し医療費の抑制に努めましょう

上手なお医者さんのかかり方

- ◇医療機関のかけ持ちはやめましょう
- ◇時間外や休日受診はなるべく避けましょう
- ◇薬を必要以上に欲しがるのはやめましょう
- ◇かかりつけ医を持ち、指示を守りましょう

かかりつけ医を選ぶポイント

- ◇自宅から近くて、通院に便利
- ◇病気や治療方法を的確に説明してくれ、薬の名前も教えてくれる
- ◇精密検査や高度な医療が必要なときに、ほかの病院や専門医を紹介してくれる
- ◇親身になって相談に乗ってくれる



問国民健康保険課216-1228

後期高齢者医療保険料の納付方法変更

◇今年4月分の特別徴収を中止し、口座振替を希望する人は1月20日までに手続きを ※今までに申出書を提出している人は手続き不要 問高齢者福祉課216-1268、各支所の福祉課・保健福祉課

福祉有償運送申請受け付け

◇自家用車を使って、障害のある人などを有償で病院などに送迎する事業を行うには、市が設置する福祉有償運送運営協議会で協議後、運輸支局へ申請し、登録を受ける必要があります 対社会福祉法人、NPO法人など ◇受付期間...1月10日～16日 問障害者福祉課216-1273



AED(自動体外式除細動器)の無料貸し出し

◇迅速な救命活動に備えるため、市内で開催される行事(営利目的を除く)を主催する団体などに、AEDを貸し出しています ◇突然の心停止者の命を救うためには、早期の119番通報、心肺蘇生、除細動(電気ショック)、病院搬送

が重要です ◇119番通報から救急隊員の到着までの間に、その場に居合わせた人が、心肺蘇生やAEDによる除細動を行うことで救命につながります 問生活衛生課258-2329



訪問歯科指導

内歯の健診や口の中の手入れのアドバイス 対在宅で寝たきりの人 問中央保健センター258-2364か東部保健センター

動物取扱業の登録・危険な動物を飼われている人へ

◇動物の販売、保管、貸し出しなどを行うときは動物取扱業の登録が必要です ◇ワニやニシキヘビなどの危険な動物を飼うときは、種類ごとに飼養保管の許可が必要です 問生活衛生課258-2335

不幸な命の猫を増やさないために

◇不妊去勢手術を行い、無理のない飼養数に努めましょう ◇猫を虐待したり、捨てたりする行為は法律で禁止されています 問生活衛生課258-2335



シベリア戦後強制抑留者への特別給付金の申請期限は3月31日です

対旧ソ連かモンゴルの地域における戦後強制抑留者で平成22年6月16日現在日本国籍を持つ人 問平和祈念事業特別基金0570-059-204か03-5860-2748(専用ダイヤル)



講座・催しなど

慢性腎臓病(CKD)予防セミナー

内慢性腎臓病(CKD)の予防に関する講演 ◇講師...宮崎正信氏(宮崎内科医院院長) 対40歳～74歳の国保加入者 ※23年度特定健診結果(記録票)を持参 期2月17日(金)14時～15時 所市教育総合センター 定30人(先着順) 料無料 申電話で1月13日から国民健康保険課216-1228へ

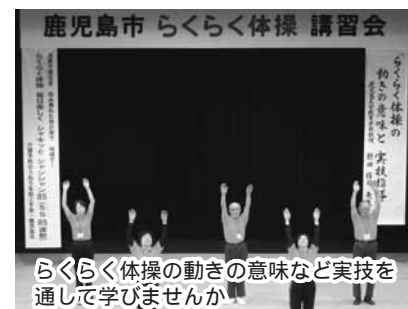
認知症サポーター養成講座

内認知症の人への対応などビデオ上映を交えた講話 対市内に住む

か通勤する人 期1月22日(日)10時～11時30分 所精神保健福祉交流センター(はーと・ぱーく) 定40人程度 料無料 申電話かファクスで氏名、電話番号を認知症の人と家族の会鹿児島県支部257-3887(FAX同じ)へ ※当日受け付け可。10人以上のグループが対象の講座もあります

らくらく体操講習会

◇講師...徳田修司氏(鹿児島大学教育学部教授) 期2月8日(水)13時30分～15時30分 所中央公民館 料無料 申不要 ◇動きやすい服装でお越しください 問中央保健センター258-2370



身体障害者パソコン講座

内①ワード応用 ②エクセル応用 ③インターネット基礎 対市内に住む18歳以上の身体障害者手帳を持つ人で、①②は肢体不自由・内部障害者 ③は聴覚障害者 所心身障害者総合福祉センター 定各6人(超えたら抽選) 料無料 ◇申込期限...1月20日 問心身障害者総合福祉センター(ゆうあい館)252-7900(FAX253-5332)



ふれあい館杯ふうせんバレーボール交流大会参加チーム募集

対3人以上の知的障害者(児)を含む6人～10人のチーム 期2月4日(土)10時10分～14時30分 所知の障害者福祉センター 定8チーム(超えたら抽選) 料無料 申直接か電話で1月18日までに知的障害者福祉センター(ふれあい館)264-8711(FAX264-8884)へ

今月の納期

◇後期高齢者医療保険料 第7期
◇国民健康保険税 第8期
◇介護保険料
納期は1月31日まで

ケアハウスを利用しませんか

対60歳以上で自炊ができないなどの身体機能の低下が認められる人
◇入浴や食事の提供を行い、緊急時にも対応します
◇申し込みなど詳しくは各ケアハウスへ

施設名	電話番号	施設名	電話番号
優和の里(吉野町)	243-0565	寿楽苑(下田町)	248-5151
旭ヶ丘園(平川町)	262-2222	ケアハウス出会い坂(草牟田一丁目)	223-3138
桜の苑(下福元町)	284-6383	シルバーフラット武岡台(小野町)	283-6870
夾竹灯(山田町)	264-6715	大原の里(本名町)	294-2510
ライフイン鴨池(下荒田四丁目)	213-5222	サンファミリーきいれ(喜入前之浜町)	343-1885
クレール下荒田(下荒田二丁目)	255-5521	ケアハウス照国(照国町)	226-3141
ケアハウス西陵(西陵一丁目)	282-4373		

各支所の福祉課・保健福祉課・保健所 問い合わせ先

- 谷山福祉事務所福祉課 269-8472・8473 FAX267-6555
- 伊敷福祉課 229-2113 FAX229-6894
- 吉野福祉課 244-7379 FAX243-0816
- 吉田保健福祉課 294-1214 FAX294-3352
- 桜島保健福祉課 293-2360 FAX293-3744
- 喜入保健福祉課 345-3755 FAX345-2600
- 松元保健福祉課 278-5417 FAX278-4189
- 郡山保健福祉課 298-2114 FAX298-2916
- 保健所代表 (保健総務課・生活衛生課・保健予防課・中央保健センター) 258-2321 FAX258-2392
- 北部保健センター 244-5693 FAX244-5698
- 東部保健センター 216-1310 FAX216-1308
- 西部保健センター 252-8522 FAX252-8541
- 南部保健センター 268-2315 FAX268-2928
- 吉田地区保健センター 294-1215 FAX294-3352
- 喜入地区保健センター 345-3434 FAX345-3437