



申請・お知らせ

インフルエンザの感染予防

◇予防方法…①こまめな手洗い ②流行時は人混みを避ける 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



健康に心掛けましょう

◇本市の国保医療費は1人当たり年間約36万円で年々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、特定健診などを受診し病気の早期発見・早期治療に努めましょう ◇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どときに、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

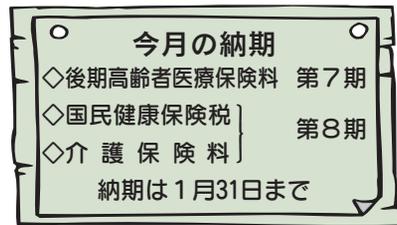


問 国民健康保険課216-1228

医療費の一部負担金の減免

◇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)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



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17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**長寿支援課216-1268、各支所の福祉課・保健福祉課

ケアハウスを利用しませんか

◇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

施設名	電話番号
優和の里(吉野町)	243-0565
旭ヶ丘園(平川町)	262-2222
桜の苑(下福元町)	284-6383
夾竹灯(山田町)	264-6715
ライフイン鴨池(下荒田四丁目)	213-5222
クレール下荒田(下荒田二丁目)	255-5521
ケアハウス西陵(西陵一丁目)	282-4373
寿楽苑(下田町)	248-5151
ケアハウス出会い坂(草牟田一丁目)	223-3138
シルバーフラット武岡台(小野町)	283-6870
大原の里(本名町)	294-2510
サンファミリーきいれ(喜入前之浜町)	343-1885
ケアハウス照国(照国町)	226-3141
ケアハウスしゅうゆう(山田町)	275-9881
にじの郷小松原(小松原一丁目)	210-5130

問 各ケアハウス

敬老パス・すこやか入浴

◇満70歳の誕生日の2週間前から敬老パスを交付します(利用は誕生日から) ◇必要なもの…顔写真1枚(縦4cm×横3cmで3カ月

以内に撮影したもの)、身分証(保険証など)、印鑑 ◇敬老パス・70歳以上の友愛パスの提示で利用可能回数の範囲であれば100円で入浴できます ※交付は本人のみ **問**サンサンコールかごしま099-808-3333

福祉有償運送申請の受け付け

◇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9日～16日 **問**障害福祉課216-1273

県子ども総合療育センターの診療予約方法変更

◇4月から初診の予約方法が変わります ※市内の未就学児は1月から実施 ◇内容など詳しくは県子ども総合療育センター265-0005か保健予防課258-2321へ

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**中央保健センターか東部保健センター

はたちの献血キャンペーン

◇1月と2月は輸血用血液が非常に不足します。新成人の皆さんのご理解とご協力をお願いします ◇献血場所…献血プラザかもいけクロス(鴨池新町)257-3141、献血ルーム天文館222-6511(東千石町) **問**生活衛生課258-2329



けんけつちゃん

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 **問**生活衛生課258-2329

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。昨年9月から罰則が強化されています

問 生活衛生課258-2335

地域猫活動

◇地域猫活動は、ふん尿や鳴き声などの被害の軽減、良好な生活環境、飼い主のいない猫の減少につながります ◇地域猫の不妊去勢手術費の一部を助成しています

問 生活衛生課258-2335

講座・催しなど

慢性腎臓病(CKD)予防セミナー

◇内医師や栄養士の講話、体験発表、個別相談など **対**本市国保か協会けんぽ加入者で、昨年4月以降に特定健診を受診している人 **期**2月9日(日)12時30分～17時 **所**中央公民館 **定**600人程度 **料**無料 ◇予約が必要 ◇申し込みなど詳しくは国民健康保険課216-1228へ

谷山健康まつり

◇内健康づくり団体の活動紹介・作品展示、堀内正久氏(鹿児島大学医学総合研究科教授)による講演、胸部レントゲン検診など ※胸部レントゲン検診にはいきいき受診券が必要 **期**1月31日(金)10時～15時30分 **所**南部保健センター **料**無料 **申**不要 **問**南部保健センター

子育て支援ボランティア入門講座

◇内市内に住むか通勤・通学する、ボランティア活動に関心のある人 **期**2月7日(金)13時30分～16時 **所**かごしま市民福祉プラザ **定**20人(先着順) **料**無料 ◇申し込みなど詳しくはボランティアセンター221-6072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18日(土)13時30分～15時 **所**かごしま市民福祉プラザ **定**70人程度 **料**無料 **申**電話で認知症の人と家族の会鹿児島県支部251-3928へ(火・水・金曜日の10時～16時。当日受け付けも可) ※地域や職場などに講師が直接訪問して開催する養成講座もあります

高齢者などの予防接種

①肺炎球菌

対市内に住む75歳以上の人
◇助成額 1人1回当たり3000円
料接種にかかる費用から助成額を差し引いた額

②インフルエンザ

対市内に住む65歳以上の人か60歳～64歳で心臓、じん臓、呼吸器機能に日常生活活動が極度に制限されるなどの障害がある人
料1000円 ※生活保護受給者と市民税非課税世帯の人は無料(証明が必要)

①②共

◇必要なもの 住所、年齢が確認できるもの

◇接種場所 委託医療機関

問保健予防課258-2358



各支所の福祉課・保健福祉課・保健所 問い合わせ先

- 谷山福祉部福祉課 ☎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