



成人用肺炎球菌の予防接種

10月から、成人用肺炎球菌の予防接種の定期接種が始まりました。肺炎球菌感染症の発生・重症化予防のため、予防接種を受けましょう。

- **接種期間** 平成26年10月1日から平成27年3月31日まで
- **対象者** ①今年度、「65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・95歳」及び「100歳以上」になる人（※過去に成人用肺炎球菌の接種を受けたことある人は対象外です）②60歳以上65歳未満で心臓やじん臓、呼吸器に重い病気がある人（身体障害者手帳1級程度）及びヒト免疫不全ウイルスにより日常生活がほとんど不可能な程度の障害を持ち、接種を希望する人
- **接種料金** 2,500円。なお上記対象者のうち生活保護世帯の人は接種料金が無料（診療依頼書が必要）になります
- **接種できる医療機関** できるだけかかりつけの医療機関で予約をして接種してください。福岡県広域予防接種委託医療機関であれば接種できます。委託医療機関かどうかは、病院にお尋ねしていただくか、総合福祉センターまでお問い合わせください。

～上記の定期接種に該当しない人へ～

鞍手町では、町内医療機関に限り、平成26年4月より高齢者の肺炎球菌予防接種の費用を一部（3,500円）助成しています。詳しくは16ページ右下の「高齢者の肺炎予防に強い味方」をご覧ください。

秋の総合健(検)診のお知らせ

特定健診、各種がん検診を次のとおり行います。受診を希望する人は健(検)診希望日の2週間前までに電話でお申し込みください。また、申込書が自宅に届いている場合は、必要事項を記入してご返送ください。生活習慣病予防のためにも年に1度は必ず健(検)診を受け、健康づくりに取り組みましょう。

とき	ところ
11月16日(日)、17日(月)、18日(火)	総合福祉センター

- **受付時間** 午前8時30分から10時30分まで
- **健(検)診内容** 各種がん検診（胃がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん・子宮がん・乳がん・肝炎ウイルス）、結核検診、特定健診、基本健診
- **申し込み・問い合わせ** 総合福祉センターまで

水痘ワクチンの予防接種

10月から、水痘（水ぼうそう）ワクチンの予防接種が定期接種になりました。水痘ワクチン接種をしていないお子さんは必ず接種しましょう。

- **対象者** 生後12か月から36か月（ただし、平成26年度は36か月から60か月も対象）
- **接種回数** 2回（ただし、生後36か月から60か月は1回）
- **接種できる医療機関** できるだけかかりつけの医療機関で予約をして接種してください。福岡県広域予防接種委託医療機関であれば接種できます

母子健康手帳の交付

妊娠がわかったら、早めに母子健康手帳の交付を受けましょう。妊娠中の生活や制度などについて保健師が説明します。

- **とき** 毎週水曜日の午前10時から11時30分まで①必ず妊婦本人がお越しください②日時の都合がつかない場合はご相談ください
- **ところ** 総合福祉センター保健棟
- **必要なもの** 妊娠届出書（ある人のみ）

乳幼児健診・相談

11月の乳幼児健診は次のとおりです。該当者には事前に通知をしています。ご確認ください。

- **とき** 健診の内容によって異なりますので詳細は通知（案内）書をご確認ください
- **ところ** 総合福祉センター保健棟
- **内容** 身体測定・問診・小児科医診察・育児相談・栄養相談など

区分	期日	対象児
4か月健診	11月13日(木)	平成26年6月17日から 平成26年7月16日生まれ
7か月健診	11月27日(木)	平成26年3月28日から 平成26年5月1日生まれ
12か月健診		平成25年11月1日から 平成25年11月30日生まれ
1歳半健診	11月6日(木)	平成25年4月3日から 平成25年5月6日生まれ
3歳児健診		平成23年10月3日から 平成23年11月6日生まれ
乳幼児相談	11月26日(水)	平成26年8月24日から 平成26年9月27日生まれ

※乳幼児相談は、身体測定・育児相談・栄養相談を行います。申し込みは不要です。お気軽にお越しください。

- **問い合わせ** 総合福祉センターまで



Support

わが家の医療費に 関心を 持ってみましょう

医療費は、病院の種類や患者の年齢、受診時間、受診方法等で変わってきます。医療費を支払ってしまえばあまり確認しない医療費通知や明細書に関心を持ってみませんか。

医療費通知は 何のために 送られるのか

病院にかかったとき、医療費はいくらかかっているのでしょうか。外来、入院いずれも自己負担額（1割から3割）を窓口で支払うだけなので、医療費がいくらかかったかは意識しにくい仕組みになっています。

そこで、医療費の額などをお知らせする医療費通知があります。これは、実際にかかった医療費を確認してもらい、健康に対する意識を高め、国民健康保険の健全な運営に結び付けることを目的として送られてきます。

領収書は大切に 保管しましょう

医療費の自己負担額が高額

になったときは、「高額療養費」によって支払った医療費が戻ってくる可能性があります。申請や申告には領収書が必要になりますので、医療機関からもらった領収書は大切に保管しておきましょう。また、せつかくもらうのだから、無駄にせず、明細書の項目などをしっかりとチェックし、自分が受けた医療の内容や情報を把握し、有効に活用しましょう。

上手な 病院のかかり方

①時間外受診を減らす

休日や夜間等の時間外受診は、割増料金がかります。「待ち時間が少ない」等の安易な



理由による受診は避けましょう。

②重複受診は避ける

安易な理由で受診する「重複受診（はしご受診）」は避けましょう。「初診料」を再度支払わなければならないだけでなく、すでに受けた検査も繰り返すこととなります。これは医療費の無駄になります。

ジェネリック医薬品を 利用しましょう

処方されている薬にジェネリック医薬品があれば、積極的に利用しましょう。

①ジェネリック医薬品とは

新薬として最初に発売された薬は特許に守られています。開発したメーカーが独占的にその薬を製造販売することができます。これを「先発医薬品」といいます。先発医薬品の特許期間は20年から25年で、この期間が切れると、他のメーカーも同じ成分、同じ効果の薬を製造できるようになります。これを「ジェネリック医薬品（後発医薬品）」といい、医療機関で処方され、効き目は同じで安価薬なので、薬代の負担が軽くなります。

②ジェネリック医薬品に変更するには

ジェネリック医薬品を使うには医師の処方が必要です。医師または薬剤師と相談しましょう。変更をお願いしにくい場合には、「ジェネリック医薬品希望カード」をご活用ください。





自主避難に関するお知らせ

■ 自主避難とは

町が「避難準備情報」や「避難勧告」、「避難指示」を発令する前に、自己の判断で避難することを自主避難といいます。これは、大雨・台風接近等の自然災害などで身の回りに危険（リスク）を感じ、個人または家族単位で自主的に行う避難を意味します。

■ 自主避難所の利用手順と注意事項

① 自主避難所とは

自主避難所は、町が避難準備情報、避難勧告、避難指示を発令する際に開設する避難所とは異なり、一時的に開設するものです。自主避難者は人数が少数であることが想定されるため、町では公的な自主避難所として「鞍手町中央公民館」のみの開設を想定しています。ただし、各区の自治公民館を自主避難所として開設していただくようお願いをする場合もあります。

② 自主避難をするには

- ・大雨や洪水で災害の発生が予想される場合や、台風接近により暴風域に入る前に自主避難所へ持っていくものは「自主避難グッズ」を参照し準備してください。
- ・すべての避難所が開設されるものではありません。自主避難を希望される場合は、必ず役場総務課へご連絡ください。

③ 自主避難所を利用する際の注意点

- ・飲料水、食事、寝具などは、各自で準備し持参してください。
- ・ペットの持ち込みはご遠慮ください。
- ・一旦避難したら危険防止のため、施設への出入りは最小限にしてください。



これだけは そろえておきたい 自主避難 グッズ



▶飲料水 ペットボトル入りのものが持ち運びにも便利です。



▶非常食 調理せずに食べられるものを。賞味期限があるので定期的な交換も必要です。



▶救急薬品 ばんそうこうや消毒液などちょっとしたケガのために。常備薬がある場合は一緒に用意しておきましょう。



▶寝具 自主避難所では寝具の貸出を行っていません。季節に合わせた寝具の準備をしましょう。



▶その他 現金やライター、身分証明書のコピー、軍手、衣類があると便利です。避難時にも役立ちます。