



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。生活習慣病予防のためにも年に1度は必ず健診を受け、健康づくりに取り組みましょう。

- **とき** 10月3日(火)、4日(水)、5日(木)、11月19日(日)、20日(月)、21日(火)。受付時間は午前8時から10時30分まで
- **ところ** 総合福祉センター
- **申込方法** 健診を希望する人は、申込書を送付しますので電話でご連絡ください。申込書が自宅に届いている人は、必要事項を記入し、希望する健診日の1か月前までに返送してください
- **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** 総合福祉センターまで

献血のお知らせ

一般献血を次のとおり行います。皆さん、ご協力ください。

- **とき** 10月3日(火) 午前9時から正午まで、午後1時から4時まで
- **ところ** 鞍手町役場玄関前
- **対象者** 18歳から69歳までの人で体重が50kg以上の人。ただし、65歳以上の人は、60歳から64歳までに献血経験のある人
- **問い合わせ** 役場保険健康課健康増進係まで

子育て講座

ヨガ教室のご案内

子育て支援講座として「ヨガ教室」を開催します。子育て中のお母さん、健康づくりやリフレッシュのためにヨガを体験してみませんか。

- **とき** 10月13日(金) 午前10時から(1時間15分程度)
- **ところ** 総合福祉センター保健棟
- **対象者** 町内在住で子育て中のお母さん
- **定員** 15人(先着順)
- **持ってくるもの** タオル、飲み物。当日は動きやすい服装でお越しください
- **講師** 播野景子さん(全米ヨガアライアンス認定講師)
- **申し込み** 総合福祉センターまで(託児が必要な人は、申込時にお知らせください)

乳幼児健診・相談

9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** 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	9月21日(木)	平成29年4月25日から 平成29年5月24日生まれ
7か月健診	9月28日(木)	平成29年1月27日から 平成29年3月2日生まれ
12か月健診		平成28年9月1日から 平成28年9月30日生まれ
1歳半健診	9月14日(木)	平成28年2月4日から 平成28年3月14日生まれ
3歳健診		平成26年8月4日から 平成26年9月14日生まれ
乳幼児相談	9月12日(火)	平成29年6月10日から 平成29年7月14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

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。

- **とき** 毎週水曜日の午前10時から11時30分まで。必ず妊婦本人がお越しください
- **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)、個人番号カードまたは個人番号通知カードと本人確認ができるもの(運転免許証等)

9月は健康増進普及月間です

野菜摂取量 平均値	男性(1日あたり)	女性(1日あたり)
福岡県	265g(全国43位)	260g(全国40位)
長野県	379g(全国1位)	365g(全国1位)

平成24年国民健康・栄養調査結果より

野菜にはビタミン等の栄養素が豊富です。また、食物繊維が多い野菜には、コレステロール値の改善や食後の血糖値の上昇を抑える働きがあります。野菜は1日350g以上を目標に、5皿分の野菜料理を目安にして食べましょう。煮物や炒め物にすると「かさ」が減るため、生で食べるよりも多くの量を食べられます。



— ご存知ですか? —

非自発的失業者の国民健康保険税が軽減されます

倒産や解雇、雇い止めなどによる離職によって国民健康保険に加入する人を対象とする国民健康保険税の軽減措置があります。

◆対象となる人

- ①失業（離職）時点で65歳未満の人
- ②雇用保険受給資格者証を持っている人で、「特定受給資格者（※1）」または「特定理由離職者（※2）」に該当する人
(下記の離職理由コードに該当すること)

区分	対象となる離職理由コード
特定受給資格者（※1）	11、12、21、22、31、32
特定理由離職者（※2）	23、33、34

※1：倒産や解雇などの事業者の都合で離職した人

※2：雇い止めなどにより離職した人

◆軽減の内容

国民健康保険税の所得割を算定する際に、離職日の翌日からその翌年度末までの間、非自発的失業者のみの給与所得を30/100として算定します。

また、高額療養費などの所得区分判定についても、非自発的失業者のみの給与所得を30/100として算定します。

<国民健康保険税適用期間>

離職した日	軽減期間
平成26年3月31日から 平成27年3月30日まで	平成28年3月まで
平成27年3月31日から 平成28年3月30日まで	平成29年3月まで
平成28年3月31日から 平成29年3月30日まで	平成30年3月まで
平成29年3月31日から 平成30年3月30日まで	平成31年3月まで

<高額療養費適用期間>

離職した日	軽減期間
平成26年3月31日から 平成27年3月30日まで	平成28年7月まで
平成27年3月31日から 平成28年3月30日まで	平成29年7月まで
平成28年3月31日から 平成29年3月30日まで	平成30年7月まで
平成29年3月31日から 平成30年3月30日まで	平成31年7月まで

◆申請方法

国民健康保険に加入し、自発的失業者に該当している人は、鞍手町役場保険健康課国保年金係に「雇用保険受給資格者証」を持参してください。その際、雇用保険受給資格者証をコピーさせていただきます。