



予防接種を受けましょう!!

予防接種とは、ワクチンを接種して感染症が流行するのを防いだり、病気にかからないように、またかかっても重症にならないようにするためのものです。

MR(麻しん・風しん混合)ワクチンの接種について、対象となる人に個別に通知しています。期限を過ぎると実費(有料)での接種となりますので、早めに予防接種を受けましょう。

- **1期対象者** 1歳から2歳未満。期限は2歳の誕生日前日です
- **2期対象者** 平成24年4月2日から平成25年4月1日生まれ。期限は平成31年3月31日です

暑い季節です。熱中症を予防しましょう!!

暑さを避ける

室内では…

- … 扇風機やエアコンで温度を調節する
- … 遮光カーテン、すだれ、打ち水をする
- … 室温をこまめに確認する

外出時には…

- … 日傘や帽子の着用 … 日陰の利用、こまめな休憩
- … 天気の良い日は日中の外出をできるだけ控える

からだの熱の蓄積を避けるために…

- … 通気性の良い、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- … 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす

こまめに水分補給する

室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分、経口補水液などを補給しましょう

直方鞍手地域救急の日のつどい

直方鞍手地域救急の日のつどいが次のとおり行われます。もしもの時の備えとして、積極的に参加し、救急医療についての正しい知識・理解を深めましょう。

- **とき** 9月9日(日) 午前10時30分から午後0時30分まで
- **ところ** イオンモール直方 チューリップコート
- **内容** 講演「救急医療の重要性について」、心肺蘇生法、AED体験、救急クイズ、パネル展示等
- **問い合わせ** 福岡県嘉穂・鞍手保健福祉環境事務所総務企画課企画指導係実行委員会事務局 ☎ (0948) 21局4876番まで

施設健診(個別健診)のご案内

特定健診は医療機関でも受診できます。生活習慣病予防のためにも年に1度は必ず健診を受けましょう。特定健診は鞍手町国民健康保険に加入している40歳から74歳までの人が対象です。

- **健診受診場所** かかりつけの医療機関
- **申込方法** 「特定健診受診券」を送付しますので、役場保険健康課健康増進係まで申し込みください

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。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。必ず妊婦本人がお越しください。日程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)、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)

乳幼児健診・相談

8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	8月9日(木)	平成30年 3月15日から 平成30年 4月23日生まれ
7か月健診	8月23日(木)	平成29年 12月29日から 平成30年 1月25日生まれ
12か月健診		平成29年 8月 1日から 平成29年 8月31日生まれ
1歳半健診	8月2日(木)	平成29年 1月 6日から 平成29年 2月 2日生まれ
3歳健診		平成27年 7月 6日から 平成27年 8月 2日生まれ
乳幼児相談	8月7日(火)	平成30年 5月12日から 平成30年 6月 8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。



年金相談・手続きには 「予約相談」をご利用ください!!

年金事務所では、スムーズな対応ができるよう、予約による年金相談を行っています。年金記録や年金見込額の照会、老齢・遺族・障害年金の請求、死亡に関する手続きなどで来所される場合は、事前予約をご利用ください。

●予約受付専用電話 ☎0570-05-4890

●予約受付時間 平日（月～金曜日）午前8時30分から午後5時15分まで

●予約相談時間 ▷月曜日＝午前8時30分から午後6時まで

▷火～金曜日＝午前8時30分から午後4時まで

▷第2土曜日＝午前9時30分から午後3時まで

- ・予約は、希望日の1か月前から前日まで受付しています（当日の予約はできません）。
- ・予約時には、基礎年金番号の分かる年金手帳や年金証書などをご準備ください。
- ・お近くの年金事務所でも受付しています。
- ・年金の手続きは、本人の委任状があれば家族などでも行えます。詳しくは「予約受付専用電話」へお問い合わせください。

国民年金保険料の後納制度の 申込締切が近づいています!!

過去5年以内に納め忘れた国民年金保険料を納付することで、年金額が増えたり、納付した期間が不足して年金を受給できなかった人が年金受給資格を得たりすることができる「後納制度」。この制度は平成27年10月から平成30年9月までの3年間に限り実施されており、間もなく終了となります。

ご利用には「国民年金後納保険料納付申込書」の提出が必要です（9月28日まで）。詳しくは、下記までお問い合わせください。

- 問い合わせ ねんきん加入者ダイヤル ☎0570-003004
直方年金事務所 ☎22-0891

