



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25年4月2日から平成26年4月1日生まれ。期限は令和2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…

- … 通気性が良く、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8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 ☎ (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。必ず妊婦さんご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** くらの郷保健棟
- **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** くらの郷保健棟
- **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8日(木)	平成31年 3月14日から 平成31年 4月22日生まれ
7か月健診	8月22日(木)	平成30年 12月28日から 平成31年 1月24日生まれ
12か月健診		平成30年 8月 1日から 平成30年 8月31日生まれ
1歳半健診	8月1日(木)	平成30年 1月 5日から 平成30年 2月 1日生まれ
3歳健診		平成28年 7月 5日から 平成28年 8月 1日生まれ
乳幼児相談	8月6日(火)	令和元年 5月11日から 令和元年 6月 7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。

年金の

そこが知りたい

役場国保年金係 ☎ 42局 2111 番

国民年金からのお知らせです



Support

COMMENT

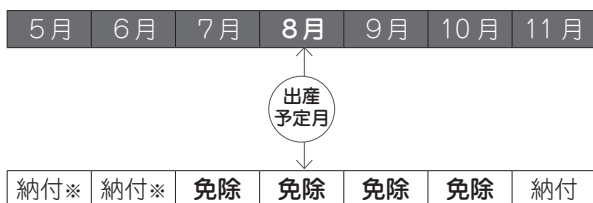
次世代育成支援の観点から、国民年金第1号被保険者が、出産した際には、出産前後の一定期間の国民年金保険料が免除されます。

出産前後の一定期間の国民年金保険料が免除されます

● 国民年金保険料が免除される期間

出産予定日または出産日が属する月の前月から4か月間。なお、多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3か月前から6か月間

(例) 出産予定日が8月の場合



※多胎妊娠の場合は5、6月も免除になります。

● 問い合わせ

直方年金事務所 ☎ 22局 0891 番または
鞍手町役場保険健康課国保年金係 (内線 201) まで

● 対象者

国民年金第1号被保険者で、出産日が平成31年2月1日以降の人

● 届出期間・届出先

出産予定日の6か月前から届出することができます。また、出産後でも届出することができますので、申請書をお近くの年金事務所または住民登録をしている市区町村の国民年金担当窓口に提出してください。

● 申請に必要なもの

年金手帳、印かん、母子健康手帳（出産前に申請する場合のみ）、出生証明書など出産日及び親子関係を明らかにする書類（被保険者と子が別世帯の場合のみ）