



## 男性限定ナイスミドル体操教室

問 保健福祉課 健康増進係 (内線 2202)

- 日時 12月7日(火) 午前10時～11時30分
  - 場所 川俣町体育館 サブアリーナ
  - 講師 八子メディカルフィットネスクラブ  
健康運動指導士
- ※次回は1月11日(火)の開催です。

## 健康診査をまだ受診していない方へ

問 保健福祉課 国保年金係 (内線 1406)

- 対象者 今年度満40歳以上の国保加入中の方、後期高齢者医療保険に加入中の方
- 申込方法 対象となる方は直接、健診実施医療機関に予約して受診してください。受診当日は、健康保険被保険者証、健康診査受診券(後期高齢者の方は検診シール)をご持参ください。  
※自己負担額は無料で受診できます。
- 受診期間 令和3年12月末まで受診できます。
- 受診機関 町内の健診実施医療機関は、次のとおりです。
  - ① 済生会川俣病院 (Tel 566-2323)
  - ② 済生会春日診療所 (Tel 566-2707)
  - ③ 鈴木内科医院 (Tel 565-2688)
  - ④ 十二社内科外科 (Tel 597-8907)※年度内に健診は1度しか受診できません(人間ドックも含まれます)。

## 有効期限切れとなった保険証等の窓口返却は不要

問 保健福祉課 国保年金係 (内線 1406)

これまで国民健康保険と後期高齢者医療制度における保険証等については、有効期限切れとなったものは窓口へ返却いただくことになっておりましたが、法の改正により今年10月から返却不要となりました。

ご自分で廃棄する場合は、誤使用を防ぐため、個人情報に留意の上、裁断する等、確実に破棄してください。

なお、有効期限を経過した保険証は使用できません。有効期限を経過した保険証を使用して保険給付を受けた場合は、保険給付費の返還を求める場合があります。

### ■返却が不要となる保険証等

国民健康保険被保険者証(短期証を含む) / 後期高齢者医療被保険者証 / 資格証明書 / 高齢受給者証 / 標準負担額減額認定証 / 限度額適用認定証 / 限度額適用・標準負担額減額認定証 / 特定疾病療養受療証 / 一部負担金免除証明書

## 「国民健康保険医療費のお知らせ」について

問 保健福祉課 国保年金係 (内線 1406)

医療費のお知らせは2か月に1度、国民健康保険に加入されている被保険者の世帯主様あてにハガキで通知しています。国民健康保険給付内容をお知らせすることにより、保険給付事業についてご理解をいただくこととしております。医療費通知は確定申告の際の「医療費控除」に使用できますが、11月～12月診療分については、確定申告期間に合わせての送付ができませんので、医療費控除をご検討されている場合は、医療費の領収書を大切に保管してください。

## 成人歯科検診を受診しましょう

問 保健福祉課 健康増進係 (内線 2202)

町では、成人期以降の歯を喪失するもっとも大きな原因となる歯周病を予防するため、成人歯科検診(歯周病検診)を実施します。令和4年3月までに40歳・50歳・60歳・70歳を迎える方を対象とし、12月から来年3月中旬まで行いますので受診してください。対象となる方には12月上旬までにクーポン券を送付します。なお、歯科検診の費用は無料です。

## 高齢者のおむつ代にかかる医療費控除

問 保健福祉課 地域福祉係 (内線 1403)

次のいずれかの証明書をおむつ代の領収書と一緒に確定申告の際に添付することで、医療費控除の対象になります。忘れずに申請してください。

### ①「おむつ使用証明書」

傷病等のためにおおむね6か月以上寝たきりであり、医師の治療のもとにおむつを使う必要があると初めて認められたとき、医師が発行する証明書。

### ②「おむつ代の医療費控除にかかる確認証明書」

医療費控除を受ける2年目以降の方で、町が交付する証明書。「市町村が介護保険法に基づく、要介護認定にかかる主治医の意見書」により、寝たきり状態であること及び尿失禁が確認されれば控除の対象となります。

## 要介護認定高齢者の「障害者控除」

問 保健福祉課 地域福祉係 (内線 1403)

所得税法上の「障害者控除」は、障害者手帳をお持ちの方のほか、介護保険の要介護認定を受けている65歳以上の方で町が、障害者に準じる要件を満たすと認めた方であれば受けることができます。

申請が必要となりますので、標記担当まで問い合わせください。



## 健康づくり

### 各教室に参加される皆さまへ

検診、教室に参加される前に必ずご自宅にて検温をお願いします。37.5℃以上の方や咳症状のある方、体調不良の方は参加をご遠慮願います。また、参加の際も検温を実施いたします。検診受診、教室参加の際にはマスクの着用をお願いします。

### 胃がんリスク検診はお済みですか？

問 保健福祉課 健康増進係（内線 2202）

12月末日（医療機関の開院日）まで受けられます。対象の方へは個別にご案内していますので、まだ受けていない方はお早めにお受け下さい。

### 脳検診はお済みですか？

問 保健福祉課 健康増進係（内線 2202）

今年度 60、65、70 歳の該当の方へは個別にご案内しています。脳検診は令和 4 年 3 月 31 日まで実施していますので、この機会に脳検診の申請をして下さい。

### 予防接種はお済みですか？

問 保健福祉課 健康増進係（内線 2202）

今年度、2 種混合（小学 6 年生相当）、麻しん風しん（MR）2 期（幼稚園・保育園の年長組）の対象のお子さんで、まだ接種していない方は冬休みを利用して接種してください。その他の予防接種についても未接種のものがないかどうか、母子健康手帳で確認しましょう。

### 高齢者インフルエンザの予防接種について

問 保健福祉課 健康増進係（内線 2202）

12 月 28 日までの開院日に受けられます。対象の方で接種を希望する場合は、体調のよい時に早めに接種しましょう。事前にかかりつけ医や実施医療機関へ相談、予約をした上で接種してください。

### 高齢者肺炎球菌の定期予防接種について

問 保健福祉課 健康増進係（内線 2202）

令和 3 年 4 月に通知が送付されている方で接種をご希望の方は、令和 4 年 3 月 31 日（休）までに接種しましょう。書類の再発行を希望される方は窓口までお越しください。

### インフルエンザ予防接種費用助成のお知らせ

問 保健福祉課 健康増進係（内線 2202）

生後 6 か月～ 64 歳までのみなさんの季節性インフルエンザ予防接種費用を、おひとり様 1 回のみ 1,000 円の助成をしています。

12 月 28 日（休）までが助成期間ですので、ご希望の方は医療機関へ予約のうえ接種してください。

### さわやか体操教室

問 保健福祉課 健康増進係（内線 2202）

どの年代の方でも楽しくさわやかにできますので、体力低下の防止にぜひご参加ください。

- 日時 12 月 8 日（休）
- 第 1 部：午前 9 時～ 10 時（定員 20 名）
- 第 2 部：午前 10 時 30 分～ 11 時 30 分（定員 20 名）

- 場所 川俣町保健センター
- 持参する物 水分補給用の水・お茶
- 講師 快フィットネス研究所  
健康運動実践指導者 安田涼子先生

※体操教室は予約制です。  
※次回は、1 月 12 日（水）です。

### 和気あいあい会のお知らせ

問 保健福祉課 健康増進係（内線 2202）

- 日程 12 月 2 日（休）
- 講師 健康運動指導士 吉井雅彦先生

- 時間 午前 10 時～ 11 時
- 場所 川俣町保健センター

※初めて参加の方には会場で「参加申込書」をご記入いただきます。

※参加される方は事前に電話にてお申し込みください。

## ちびっこのカレンダー 12 月

会場は保健センターです。  
相談・健診の際は「母子健康手帳」をお忘れなく！

12 月	日・曜	事業名	受付時間	対象（乳幼児）	内 容
	17（金）	すくすく育児相談（予約制）	9：30～11：30	乳幼児と家族 どの月齢でも結構です	身体測定・育児相談