

健康ひろば

みんな健康！
元気・いきいき寄居町！

**ワンポイント
アドバイス**

かかりつけ医、
かかりつけ歯科医を
もちましょ！



かかりつけ医とは、身近にいて、病気の初期的な治療をしてくれたり、健康に関することを相談できたりする医師のことです。風邪などの日常的な病気や相談の際は、まずはかかりつけ医への受診をお勧めします。かかりつけ医に定期的に相談することで、自分の日頃の健康状態を把握してもらうことができ、必要なときに素早い対応がとれます。

また、かかりつけ歯科医をもって、歯の健康も定期的にチェックしましょう。歯を失う2大疾患はむし歯と歯周病です。かむ・飲む・味わうなど歯や口の役割は、豊かな生活を送るために重要です。歯の健康は全身の健康と深く関わっています。

住み慣れた地域で安心して暮らすために、かかりつけ医、かかりつけ歯科医をもって全身の健康管理をしましょう。

なぜ、かかりつけ医・かかりつけ歯科医が必要？

- 健康に関する相談ができる
- 病気・治療・薬などに関して、分かりやすい説明が受けられる
- 検査や入院が必要な場合、適切な病院・診療科を紹介してもらえる

「要介護・要支援認定」におけるかかりつけ医の役割の重要性

介護保険のサービスを利用するために必要な「要介護・要支援認定」を受ける際、かかりつけ医が重要な役割を果たします。認定の申請や更新を行うとき、かかりつけ医が記載する「主治医意見書」が必要となります。「主治医意見書」は、病名や症状のほか心身の細かな状態の記入が必要なため、自分の健康状態を続けて見てもらえるかかりつけ医をもつことをお勧めします。

身近な医療機関や薬局を探す参考に！「埼玉県医療機能情報提供システム」

県では、地域や診療科目・診療時間等のさまざまな条件から、県内の医療機関や薬局等に関する情報を県ホームページで提供しています。身近な医療機関や薬局を探す際にご利用ください。

2月の保健事業

※新型コロナウイルス感染症等の影響で変更になる場合は本誌または町公式ホームページでお知らせします。
※感染症対策のため、受付の際に当日の体調確認を行いますので、必ず検温してからお越しください。また、終了後は速やかにお帰りください。

乳幼児健康診査

種別	日	場所	対象	受付時間
1歳6カ月児健康診査	4日(木)	役場7階健診室	令和元年6月生	通知でお知らせします。
3歳児健康診査	9日(火)		令和元年7月生 平成29年8月生	

母子健康手帳、役場からの通知、3歳児は尿の入ったビニール袋、お子さんの歯ブラシ
※新型コロナウイルス感染症等の影響で変更になる場合は、対象者にご連絡します。

こころの健康相談

日	時間	場所	対象
17日(水)	13:30~14:30	役場2階健康福祉課(保健指導班)	こころの健康について悩みをお持ちの方、その家族および関係者

健診結果相談会

日	受付時間	場所	対象
24日(水)	①13:30~13:45 ②14:30~14:45	保健福祉総合センター	今年度健診を受けた方で、健診結果相談会を利用していない方

マスク着用、健診結果通知、健康手帳(お持ちの方)

ふるさと健康体操(生活習慣病予防軽運動教室)

日	時間	場所
4,18日(各木曜日)	10:00~11:00	総合体育館・アタゴ記念館剣道場
8,22日(各月曜日)	13:30~14:30	男衾コミュニティセンター多目的ホール

マスク着用、運動しやすい服装、上履き、水分補給できるもの
※4,8日はふるさと健康体操、18,22日は自主活動日。

新型コロナウイルスに関する相談窓口

- 受診・相談センター ☎048・762・8026 FAX048・816・5801
月~土曜日(祝日除く)午前9時20分~午後4時40分
- 県民サポートセンター ☎0570・783・770
24時間、土・日曜日、祝日も受付

埼玉県指定診療・検査
医療機関はコチラ



大里広域市町村圏組合

介護保険特別会計決算をお知らせします！

令和元年度大里広域市町村圏組合介護保険特別会計の決算が確定しましたので、主な内容についてお知らせします。歳入総額は312億2,954万234円で、対前年度比3.42%増、歳出総額は304億3,351万3,933円で、対前年度比3.77%増となりました。なお、歳入歳出差引額は7億9,602万6,301円です。

☎大里広域市町村圏組合介護保険課(☎501・1330)

歳入項目	歳入額
第1号被保険者保険料	70億1,731万1,450円
市町負担金	44億1,559万710円
国庫支出金	63億2,635万3,845円
支払基金交付金	77億6,840万781円
県支出金	42億9,472万5,397円
その他	14億715万8,051円
合計	312億2,954万234円

歳出項目	歳出額
総務費	4億7,744万9,968円
居宅介護サービス等費	134億8,563万2,929円
施設介護サービス費	91億3,563万8,189円
地域密着型介護サービス等費	36億1,086万6,611円
高額介護サービス等費	6億3,981万4,009円
高額医療合算介護サービス等費	7,105万7,754円
特定入所者介護サービス等費	9億1,607万5,504円
審査支払手数料	1,652万1,320円
地域支援事業費	11億4,908万4,276円
その他	9億3,137万3,373円
合計	304億3,351万3,933円

年金特報

年金についての情報を毎月お届け！ 今月は「20歳になったら国民年金」

日本に住んでいる20歳以上60歳未満の方は、国民年金への加入が義務付けられています。国民年金保険料を納めることで、老後に受給できる老齢年金だけでなく、病気やけがで障害が残ったときに申請できる障害年金や、配偶者が亡くなったときに支給される遺族年金などの保障が受けられます。ただし、必要な手続きを行わず、国民年金保険料の未納が続くと年金が受給できない場合がありますのでご注意ください。

国民年金加入後の流れ

20歳になった方には、日本年金機構から国民年金加入のお知らせと納付書が届きます。年金手帳は別途送付されますが、納付記録の確認や将来年金を受け取る際に使用しますので、大切に保管してください。ただし、20歳到達時点で厚生年金保険・共済組合に加入していた方や障害・遺族年金を受給している(していた)方には送付されません。

国民年金保険料の納付方法

納付書で全国の銀行や郵便局、コンビニエンスストアで納めることができるほか、電子納付が利用できます。そのほかの納付方法については申し込みが必要です。

口座振替・クレジットカード納付の申し込み

保険料を納める手間が省け、納め忘れ防止にもなります。また、前納(まとめた前払い)することで保険料が割引されます。

付加年金の申し込み

毎月の保険料に加えて、月額400円の付加保険料を納付することで、老齢基礎年金に付加年金が上乗せされ、受給する年金額を増やすことができます。

国民年金保険料を納付できないとき

経済的に保険料の納付が難しい方は、学生納付特例制度、または免除・納付猶予制度の申請をしてください。承認されると保険料を納付した場合と同様に老齢・障害・遺族年金の受給資格期間として認められますが、保険料を全額納付した人に比べて将来受け取る老齢年金の年金額が減少します。将来受け取る年金額を増やしたい方は、承認された期間から10年以内に後から保険料を納めることができる「追納制度」をご利用ください。

手続き・問い合わせ

- ☎熊谷年金事務所(☎522・5012)
- ☎町民課(☎581・2121内線111・112)

