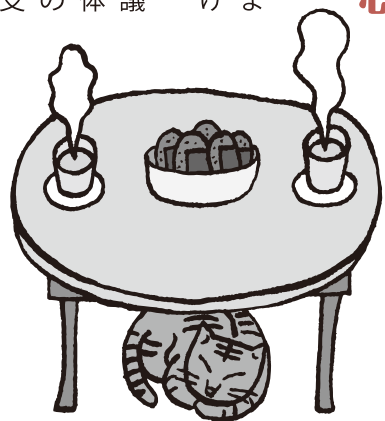


みんなのでつくるまちのプロジェクト
このコーナーは、上毛町第1次総合計画に描かれるまちの将来像「みんなのでひろく上毛の未来を実現するために取り組んでいる事業など、毎月シリーズで紹介するものです。」

Vol 5

「支えあうまち」ひとりひとりがまちの真心
健康で活き活き暮らせるまち

上毛町で皆さんがいつまでも健康で元気にはつらつと暮らせるように、また、皆さんが町に住んでいて良かったと実感できるように、福祉の充実に向けてさまざまな事業を展開しています。
生涯を通じた健康づくりや地域福祉の充実。これらは、行政や社会福祉協議会をはじめ、保健・医療・福祉に係る団体、住民、NPOやボランティア団体が幅広く連携し、地域ぐるみで取り組むことが大切です。近年では、高齢者の見守りネットワークも民生委員や福祉委員の方々をはじめ、地域の皆さんの支えにより充実してきました。
今回は「健康と福祉のまちづくり」について、皆さんも一緒に考えてみませんか。



むし歯予防シーラント事業

6歳臼歯は、かみ合わせを支える一番大切な歯ですが、大変むし歯になりやすいという特徴があります。その大切な歯を守るため、町が契約する歯科医院で小学校1・2年生を対象にむし歯予防シーラント※事業を行っています。
費用につきましては、全額町が助成していますので、生涯大きな役割を持つ永久歯をむし歯から守っていきましよう。

※むし歯予防シーラントとは、薄いプラスチックを奥歯の溝に埋めてむし歯を予防するものです。

特定健診・特定保健指導の充実

健康づくりの第一歩はまず「自分自身の体を知る」ことです。
町では国民健康保険加入者を対象に生活習慣病予防を目的として特定健診※を実施しています。生活習慣病は自覚症状がないため、年に一度は必ず受けるように心がけましよう。

※特定健診とは、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した生活習慣病予防のための健診です。

●問い合わせ先 健康福祉課 健康増進係
TEL 723111(内線162)

上毛町特定健診の特徴

- 健診項目の追加
糸球体ろ過量(GFR)という腎臓の働きを調べる検査を行っています。
- 対象年齢の拡大
国が定める特定健診の対象者は40歳から74歳までですが、町では独自に35歳から39歳の方も対象にしています。
- 受診者全員の保健指導
少しでも自分の健康づくりに役立ててもらうため、受診者全員に説明をしながら健診結果をお渡ししています。

上毛町の予防接種助成		
予防接種	対象者	助成額
高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種	●満70歳以上の方	一人あたり3,000円
乳幼児ヒブワクチン予防接種	●生後2ヵ月から5歳未満の子ども	一回につき4,000円
インフルエンザ予防接種	●1歳以上、小学校6年生以下の子ども	一人あたり4,000円
	●町民税非課税世帯及び生活保護世帯の方 ●65歳以上の方	全額助成

各世代における健康づくりを支援します

ワクチン予防接種(任意接種)の助成

予防接種は、感染症対策で最も有効な手段とされており、感染症の流行や重症化を防ぐ役割を果たしています。

インフルエンザ予防接種に加え、今年4月から、新たに高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種、乳幼児ヒブワクチン予防接種費用の一部助成を開始しています。

予防接種を受ける際には、ワクチンの効果や副反応に関する情報に注意して、有効に活用してください。

子育て世帯の負担を軽減

10月1日から、3歳以上の幼児の本人負担をなくし、0歳から小学校就学前までの乳幼児の医療費を完全無料化します。また、小学校就学後から中学校卒業までの子どもの入院費を無料化する「子ども医療費支給制度」もスタートします。

これらは、子育て世帯の負担を軽減するとともに、子どもたちが安心して必要な医療が受けられるよう医療費や入院費を、町が負担する制度です。

医療証の交付には申請が必要となりますので、健康福祉課で医療証交付の申請手続きをしてください。

乳幼児医療証や子ども医療証は、福岡県内と中津市内の医療機関で使用できます。

医療証を医療機関窓口で提示せず、支払いをした場合または右記以外の医療機関にかかった場合は、健康福祉課で払い戻しの手続きをしてください。

●問い合わせ先 健康福祉課 福祉医療係
TEL 723111(内線162)

医療費の抑制に取り組みましよう

町の国民健康保険の被保険者数は、3月末現在で2,108人、町の人口8,200人のうち25.7%を占めています。

平成21年度の医療費総額は約7億8千5百万円で、1人あたりの1年間の医療費に換算すると3364,101円になります。全国平均の1.27倍にも及び、非常に高い医療費となっています。

世代構造の急激な高齢化とともにわが国の医療費は年々増大しています。このまま医療費が増え続ければ、それを補うために保険税負担も増えるばかりか、現在の医療保険制度そのものが維持できなくなってしまうます。

医療費の抑制は一人ひとりの心掛けが大切です。皆さん一緒に取り組みましよう。

1人あたり医療費比較

全国平均	286,786円/人
福岡県平均	321,675円/人
上毛町平均	364,101円/人
比較	国の1.27倍 県の1.13倍

医療費抑制のためには

すぐにできる医療費抑制対策には、健康診断や各種検診を積極的に利用して病気の予防や早期治療に努めることや、受診方法を見直すことなどがあります。

日ごろから次のことに気をつけ、医療費を大切に使用ましよう。

- 生活習慣の改善で、重い病気を予防ましよう。
健康は健康づくりの第一歩
- 日頃から体を動かし、健康な体をつくりましよう。
- ジェネリック医薬品※の利用を検討してましよう。
- かかりつけ医をもちましよう。
はしご受診はやめましよう

※ジェネリック医薬品とは、先発薬(新薬)の特許期間が過ぎて製造販売される後発品のことです。薬の有効成分や効果は同じですが開発費などがからないため、低価格になっています。

★病院や薬局でもらった領収書は捨てないで★

医療費が高額になる月は、高額療養費が支給されます。申請の際には医療機関でもらった領収書の添付が必要となります。すぐに捨ててしまつという方は保管する習慣を！
※入院する際には、事前に限度額認定証の交付を受けておく、高額療養費の申請の手間がかからず便利です。

★医療費通知で受診の状況を振り返りましよう★

2カ月に1度、各世帯に医療費通知を行っています。
この病院や薬局でどれくらい医療費を使ったのかを確認することが出来ます。

【高齢者福祉の充実】

ひとり暮らし高齢者等見守りネットワーク

町の高齢化率は30.3%で、県内第4位となっています。(4月1日現在)

町では、ひとり暮らしや高齢者のみの世帯の方が孤立することなく、健康で安心して暮らせるよう、上毛町社会福祉協議会を拠点に、各地区の福祉委員、民生委員、老人クラブ、自治会が見守りの必要な方の情報を共有しあい、訪問等による見守り活動を行っています。

地域の皆さんのさりげない見守りが高齢者の安心を支えます。皆さんも次のようなことに気がいたら、ご連絡ください。

- 新聞や郵便物がたまっている。
- 昼間でも戸戸やカーテンが閉まったままになっている。
- 一日中家の電気が点灯または消灯されていない。
- 洗濯物が干しっぱなしになっている。

●連絡先 上毛町社会福祉協議会
TEL 7226000

健康福祉課 福祉医療係
TEL 723111(内線162)

