

健康相談

金屋庁舎健康推進課
清水行政局住民福祉室

11月 5日(火) 清水保健センター
 11月 6日(水) 金屋文化保健センター
 11月 20日(水) きび保健福祉センター

実施時間
9:00～
11:00

エクササイズ

金屋庁舎健康推進課
清水行政局住民福祉室

金屋農村センター

【20:00～21:00】11月14日(木)、11月28日(木)

清水保健センター

【19:30～20:30】11月7日(木)

清水会館

【14:00～15:00】11月21日(木)

※内容エアロビックダンス

■持参品／上履き、飲み物、タオル ■参加費／無料

☆後期高齢者医療制度のお知らせ☆

一定以上の障害（※）のある65歳以上74歳以下の方は、申請により後期高齢者医療制度に加入することができます。詳しくは、担当課までお問い合わせください。

※一定以上の障害とは、以下の内容となります。

- ①国民年金法による障害基礎年金1級および2級
- ②身体障害者手帳1級・2級・3級および4級の次の障害
 - ・音声言語機能の著しい障害
 - ・両下肢のすべての指を欠く
 - ・下肢の下腿2分の1以上欠く
 - ・下肢の機能の著しい障害
- ③精神障害者保健福祉手帳1級および2級
- ④療育手帳A1およびA2

■申請先／吉備庁舎住民課・金屋庁舎やすらぎ福祉課・清水行政局住民福祉室

子どもの健康相談

金屋庁舎健康推進課
清水行政局住民福祉室

11月 6日(水) / 清水保健センター
 11月 7日(木) / 金屋文化保健センター
 11月 14日(木) / 金屋文化保健センター
 11月 21日(木) / 金屋文化保健センター
 11月 28日(木) / 金屋文化保健センター
 12月 4日(水) / 清水保健センター

実施時間
9:00
～
11:00

乳幼児健診

金屋庁舎健康推進課

4か月児健診

[平成25年 7月生まれ]11月26日(火)13:00～

10か月児健診

[平成24年12月生まれ]11月 5日(火)13:00～
[平成25年 1月生まれ]12月 3日(火)13:00～

1歳6か月児健診

[平成24年 3月生まれ]11月20日(水)12:45～

2歳児健診

[平成23年 8月生まれ]11月27日(水)12:45～

3歳6か月児健診

[平成22年 4月生まれ]11月13日(水)12:45～

※いずれも金屋文化保健センター

育児サロン

清水行政局住民福祉室

11月 6日(水)「製作」

12月 4日(水)「クリスマス」

いずれも9:00～11:00 清水保健センター

すくすく広場

清水行政局住民福祉室

11月26日(火)9:30～11:00 清水保健センター
「手作りおもちゃ」

◆あなたの健康を支える「国民健康保険」

医療費状況

※累計は9月(25年度)

| 区分 | 国民健康保険 |
|------------------|------------|
| 加入者数 | 9,552人 |
| 9月支払額 | 3億2,558万円 |
| 累計 | 18億9,609万円 |
| 1人当たりの医療費(9月) | 31,761円 |
| 24年度1人当たりの医療費(月) | 31,783円 |
| 24年度1人当たりの医療費(年) | 381,388円 |

お身体大切に！

あなたの健康を支えている国民健康保険

その内、自己負担額を除いた分の約3割は国保税で、残りの国県町負担となる7割も元を正せば私たちの税でまかなわれています。医療保険制度を守り、税負担を少なく…。私たちのちょっとした心がけで、その上昇をとめることができます。

<私たちにできること>

1. お医者さんのかかりかたを見直しましょう（重複・頻回受診などは、なるべく避けましょう）
2. 休日・時間外受診はできるだけ避けましょう
3. 薬は上手に飲みましょう（ジェネリック医薬品について検討してみましょう）
4. 健康診断を受けましょう