

人間ドック 乳がん検診 期限は1月末まで

受診期間 平成26年5月19日(月)～平成27年1月31日(土)

人間ドック 特定健診、がん検診、その他(貧血・心電図・眼底、肺機能、腹部超音波)の検査です。医療機関へ予約しましょう。
※ドックを受診した場合、特定健診・がん検診を再受診することはできません。

がん検診 胃レントゲン(バリウム)、便潜血、胸部レントゲン、(喀痰検査)などの検査です。医療機関または集団健診へ予約しましょう。
※胃カメラの予約と料金は医療機関へお電話ください。

子宮頸がん検診 20～40歳代に多いがんで、子宮頸部をヘラやブラシでこすり、細胞を調べます。
※50歳から多くなる子宮体がんの検査は自己負担ですが、併せて受診することをおすすめします。

乳がん検診 40～50代に多いがんで、乳房を圧迫レントゲン撮影するマンモグラフィ検査です。

2年に1回は子宮頸がん・乳がん検診を受けましょう

特定健診とがん検診を同時に受けられる 集団健診のお知らせ

①平成27年1月25日(日) 市立体育館 ②平成27年1月31日(土) 市役所
※定員各210名、予約が必要です。 ※人間ドックを希望される方、受診された方は対象外です。

予約先 沖縄県健康づくり財団 予約受付期間 12月22日(月)・24日(水)・25日(木)
☎098-889-6452 受付時間 午前8:30～12:00 午後1:00～4:00

健診の受け方・受診券・健診結果について、お気軽にお問い合わせください。

問合せ:健康支援課(保健相談センター) ☎898-5583

国民健康保険課よりお知らせです

『限度額適用認定証』『限度額適用・標準負担額減額認定証』の更新について



平成27年1月より、70歳未満の方の自己負担限度額が変更になります!

所得区分	限度額(3回目まで)	限度額(4回目以降)
A 旧ただし書所得 600万円超	150,000円+(医療費の総額-500,000円)×1%	83,400円
B 旧ただし書所得 600万円以下	80,100円+(医療費の総額-267,000円)×1%	44,400円
C 住民税非課税	35,400円	24,600円

今まで3段階だった所得区分が5段階に細分化され、限度額も所得要件に応じた金額になります。

所得区分	限度額(3回目まで)	限度額(4回目以降)
ア 旧ただし書所得 901万円超	252,600円+(医療費の総額-842,000円)×1%	140,100円
イ 旧ただし書所得 600万円超901万円以下	167,400円+(医療費の総額-558,000円)×1%	93,000円
ウ 旧ただし書所得 210万円超600万円以下	80,100円+(医療費の総額-267,000円)×1%	44,400円
エ 旧ただし書所得 210万円以下	57,600円	44,400円
オ 住民税非課税	35,400円	24,600円

※「旧ただし書所得」とは、総所得金額等から基礎控除額を差し引いた額のことです。

70歳未満の方 現在、「限度額適用認定証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付を受けている方は、12月31日までしか使用できません。平成27年1月以降も引き続き必要な方は、再度更新の申請が必要となります。平成27年1月5日から更新を受付けておりますので、1月末日までに更新をお願いします。

申請に必要なもの 対象者の方の被保険者証、印鑑、限度額適用認定証、もしくは限度額適用・標準負担額減額認定証(お持ちの方)

70歳～74歳の方 「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付を受けている方は、更新の手続きはございません。平成27年7月31日までお使いになれます。

問合せ:国民健康保険課給付係 ☎893-4411 内線138・139

健康ガイド(1月) ☎898-5583

☆水中運動教室	10時15分～11時45分
JSSスイミングスクール	6日・13日・20日・27日(火曜日)
☆健康相談	
保健相談センター	毎週月・火・金曜日(祝日・1～3日を除く) 13時～15時 毎週火・水曜日(祝日・1～3日を除く) 9時～11時

「はつらつ! ま～さん料理教室」

見落としがちな口腔の健康ケアと、簡単な栄養講話・調理実習を交えた3回シリーズの教室です。日頃の食生活について見直してみませんか?

日程
1回目(口腔) 平成27年2月5日(木) 14:00～15:00
2回目(栄養) 平成27年2月18日(水) 10:00～13:00
3回目(栄養) 平成27年2月25日(水) 10:00～13:00

場所 中央公民館 2階調理室(1回目は3階研修室2)
対象 市内在住の65歳以上で介護認定を受けていない方
定員 16名 ※申込多数の場合は抽選 **参加費** 無料
申込期間 12月22日(月)～平成27年1月23日(金)
申込方法 電話または窓口受付

問合せ:介護長寿課 ☎893-4411 内線207

がんじゅう広場

65歳以上の方に健康づくり教室を開催しております。肩こり・膝痛などでお困りの方、専門のスタッフと一緒に自宅でできる体操(動作法)を用いて正しい姿勢を学び痛みの緩和や予防を図ります。この機会に、ぜひご参加ください。

実施日 毎週金曜日 10:00～12:00(9:00受付開始)
場所 老人福祉センター **受講料** 無料 ※申込不要

問合せ:介護長寿課 ☎893-4411 内線206

はごろも 歯がんじゅう教室のご案内

食べる楽しみをいつまでも…これからも元気であるために歯のお手入れ方法やお口の健康について歯科衛生士が分かりやすく説明します!

対象者 市内在住の65歳以上の方で介護認定を受けていない方
受講料 無料 ※申込不要。直接、会場へお越しください。詳細は、各自治会に掲示するポスターをご覧ください。

<12～1月の日程>

実施場所	開催日	時間
保健相談センター	12月25日(木)	午後2時～3時
宜野湾市立体育館	1月7日(水)	午前10時～11時
保健相談センター	1月15日(木)	午前10時～11時
勤労青少年ホーム	1月21日(水)	午後2時～3時

問合せ:介護長寿課 ☎893-4411 内線206

離職により住宅を喪失、または喪失するおそれのある方へ

国の住居等困窮離職者支援施策として、宜野湾市では平成25年4月より「住宅支援給付事業」を実施しています。

離職者であって就労能力および就労意欲があり、住宅を喪失している、または喪失するおそれのある方を対象に住宅支援給付を支給することにより、住宅および就労機会の確保に向けた支援を行なう事業です(生活保護とは異なり、車両の所有には制限がありません)。

支給額

下記を上限として、収入に応じて調整された額を支給
単身世帯:32,000円 複身世帯:41,000円
※生活保護の住宅扶助特別基準に準拠

支給期間 3カ月間(一定の条件により3カ月間の延長及び再延長が可能)

住宅支援給付を受けるには、いくつかの要件があり、また受給が決まった際の義務等があります。

詳細につきまして下記までお問い合わせください。



問合せ:保護課 ☎893-4411 内線104

※相談窓口は保護課隣の福祉総務課内にあります。

宜野湾市健康づくり推進員募集!

自分の健康や健康づくりについて学び、その内容を身近な人や地域の方々へ広く推進する「健康づくり推進員」を募集しています。

対象

20歳以上65歳以下の宜野湾市民で運動制限がなく、市が実施する「宜野湾市健康づくり推進員養成講座」を受講後、健康づくり推進員として活動できる方。

募集期間 12月15日(月)～平成27年1月13日(火)

活動内容

- ①健康に関する、自主的な地域活動
- ②市の健康教育事業や健康づくり事業(オリジナル体操の普及など)の補助
- ③集団健診の補助
- ④各種健康教育の案内・補助
- ⑤毎月の定例会への出席 など



<健康づくり推進員養成講座日程>

日時 平成27年1月20日(火)～2月23日(月)
毎週月曜日(初回のみ火曜日) 14:00～16:00 計6回

場所 保健相談センター

問合せ:健康増進課(保健相談センター)

☎898-5583