介護予防の活動でポイントGET！ 加東シニアいきいきポイント

市内在住の65歳以上の方を対象に、介護予防等の活動でポイントを貯めて生きがいづくりにつなげる事業を実施しています。

ご自身の健康づくりのために、ぜひ活躍してみませんか？

❖ポイント対象活動

- ◇市内高齢者施設での活動
  … 食事の配膳下膳や利用者の話し相手、洗濯物の整理、掃除、囲碁や将棋の相手
- ◇市主催の介護予防教室等の参加
- ◇まちかど体操教室でリーダーに準じる活動（準備、活動、ポイント管理）
- ◇まちかど体操への参加

❖ポイントの交換

貯めたポイントは、現金に換えることができます。

- ◇ポイント換金の申請 … 毎年1月に申請
- ◇振込 … 毎年2月、3月に指定口座に振込み

※1ポイント1円の扱いですが、換金は1,000ポイント単位です。（上限5,000ポイント）

◎シニアいきいきポイントの説明会・研修会を開催

日8月26日㈪　10時～11時30分

場加東市役所3階　301・302会議室

❖内容

□加東シニアいきいきポイントの概要

□ミニ講話「フレイル予防と高齢者施設での活動のコツ」

定30人 ※先着順

申高齢介護課に電話または窓口で申込み

期8月23日㈮

問健康福祉部高齢介護課（庁舎1階）　☎43-0440

国民健康保険加入者の方へ「ジェネリック医薬品」を利用しましょう

先発医薬品の特許期間が過ぎた後に、その薬と同等の成分で製造、販売される薬を「ジェネリック医薬品（後発医薬品）」といいます。

ジェネリック医薬品を利用することで、自己負担額が少なくなるだけでなく、国民健康保険の医療費抑制にもつながります。

❖安いけど、本当に大丈夫？

ジェネリック医薬品は、先発医薬品と同じ有効成分の薬で、効き目や安全性が同等であることを国が認めた場合にのみ、製造、販売されるため、安心して利用できます。

❖利用したいときはどうすればいいの？

ジェネリック医薬品を希望する場合は、医師や薬剤師に伝えましょう。また、これまで使用していた薬を、ジェネリック医薬品に変更することに不安がある場合は、“お試し期間”を設けることが可能ですので、医師や薬剤師に相談してください。

◎「ジェネリック医薬品希望シール」の活用を

ジェネリック医薬品を希望していることを医師や薬剤師に手軽に示すことができるのが「ジェネリック医薬品希望シール」です。シールを健康保険証やお薬手帳に貼って、ご活用ください。シールを希望される方は、保険医療課にお問い合わせください。

※全ての薬にジェネリック医薬品があるわけではありません。処方された薬に、ジェネリック医薬品があるかどうかは、医師、薬剤師にお問い合わせください。

※医師、薬剤師の判断により、ジェネリック医薬品を利用いただけない場合があります。

問市民協働部保険医療課（庁舎1階）　☎43-0500

マイナンバーカードで医療費の支払いを軽減

医療機関等でマイナンバーカードを保険証として使用し、情報提供に同意すると、外来・入院ともに1か月の支払いは、自己負担限度額までになります。これにより、市役所での自己負担限度額適用にかかる申請が不要になります。

※国民健康保険税を滞納している方は限度額が適用されません。

★従来の保険証で受診する場合は、限度額適用認定証等の申請が必要です

必□国民健康被保険者証

□本人確認書類

例マイナンバーカード、運転免許証

※別世帯の方が代理で申請する場合は、委任状が必要です。

※限度額の適用は、申請月の初日から次の7月31日までです。さかのぼっての適用はできませんのでご注意ください。

問市民協働部保険医療課（庁舎1階）　☎43-0500

加東市役所で“献血”を実施します

★ご協力いただいた方には 卵2パック プレゼント！

日8月7日㈬　①10時10分～11時45分　②13時～16時

場加東市役所2階　201会議室 ※受付は1階ロビー

持献血カード（初めての方は本人確認書類〈例マイナンバーカード、運転免許証〉）

問健康福祉部健康課（庁舎2階）　☎43-0435

子宮頸がん予防のため ワクチンの接種を！

毎年1万人以上の女性がかかる“子宮頸がん”は、HPV（ヒトパピローマウイルス）に感染することで発症しますが、子宮頸がん（HPV）ワクチンを接種することで、感染を50～90％予防※することができます。

定期接種の対象となる方は、無料で接種を受けることができます。

※ワクチンの種類によって異なります。

対加東市に住民登録がある平成9年4月2日～平成25年4月1日生まれの女性

場協力医療機関

協力医療機関▶

キャッチアップ接種は令和7年3月で終了

ワクチンの接種機会を逃した方に無料接種を行うキャッチアップ接種は、令和7年3月末で終了します。接種完了まで6か月かかるため、計画的に接種を進めてください。

対下記全てに該当する方

□加東市に住民登録がある平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれの女性

□HPVワクチン接種を計3回受けていない

※対象の方には、7月上旬頃に接種ハガキをお送りしています。

問健康福祉部健康課（庁舎2階）　☎43-0435

まちぐるみ総合健診を追加で実施します

日11月16日㈯　8時30分～11時20分

場加東市役所2階　201会議室 ※受付は1階ロビー

申□健康課に電話または窓口で申込み

□オンライン申請

期9月24日㈫

問健康福祉部健康課（庁舎2階）

☎42-2800

家族葬から一般葬まで みのり祭典 にお任せ下さい。

JAみのり メモリアルセンター

みのり祭典

寝台車・ドライアイスは24時間 年中無休対応

病院・施設より直接お越しいただける安置施設「悠久」をリニューアルオープン

無料事前相談受付中

●事前相談割引あり

●粗品進呈

あんしん会会員募集中

●入会金・年会費無料

●会員特典あり

ご自宅へのお帰りが困難な場合みのり祭典でご安置させて頂きます。

0120-94-1122　☎(0795)43-8201

加東市社1782番地(JAみのり本店敷地内)　みのり祭典　検索

設計士と直接話しながらつくる家

住みやすくて、「大人カッコイイ」家づくり。

＼実例多数掲載中！／

www.yoriken.com

ヨリフジ建設　検索

Instagram

情報更新中！

一級建築士事務所

ヨリフジ建設株式会社

〒673-1415 加東市下久米1044番地

0120-01-8511

お悩みの方、まずはお気軽にご相談ください

○交通事故　○債務整理・破産　○相続・遺言　○労働事件

○土地・建物　○離婚　○債権回収　○会社法務

その他一般民事を幅広く取り扱っています。

相談料30分5,000円（税別）

※法律相談は予約制です。休日・夜間相談についてはお問い合わせください。

やしろ法律事務所

弁護士　吉田圭孝

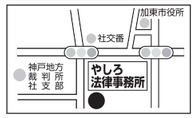
〒673-1431 加東市社508-4 白池ビル1F

TEL:0795-38-8583

FAX:0795-38-8584

http://yashiro-law.jp/

営業時間 9:30～17:30 休日/土日祝日



広告