健康

「高齢者よい歯のコンクール」への代表者選考会参加者募集！

山武市では毎年、80歳以上の市民で20本以上自分の歯を有し、歯の健康が優れている方の中から代表者1名を選び、山武郡市歯科医師会が主催する「高齢者よい歯のコンクール」選考会へ選出しています。

80歳以上で20本以上自分の歯がある方のお申し込みをお待ちしています。

山武市選考会日時　5月8日㈬
午前9時半受付

場所　成東保健福祉センター

申込締切日　4月23日㈫

申・問　健康支援課母子保健係（歯科保健担当）☎(80)1172

3ワクチンを定期接種化

予防接種法が改正され、4月1日からヒブ・小児用肺炎球菌・子宮頸がん予防ワクチンは定期接種となりました。

■ヒブワクチン接種

対象年齢　生後2か月以上5歳未満

標準的接種年齢　生後2か月から7か月未満

接種間隔　1回目から3回目の接種は、27日～56日までの間隔をおいて3回皮下に注射
4回目の接種は、3回目接種終了後おおむね1年後（7か月から13か月の間）に1回皮下に注射

接種量　毎回0・5㎖

■小児用肺炎球菌ワクチン接種

対象年齢　生後2か月以上5歳未満

標準的接種年齢　生後2か月から7か月未満

接種間隔　1回目から3回目の接種は、27日以上の間隔をおいて3回皮下に注射
4回目の接種は、3回目接種終了後60日間以上あけて、なおかつ1歳から1歳3か月の間に1回皮下に注射

接種量　毎回0・5㎖を皮下に注射

※ヒブ・小児用肺炎球菌ワクチンは、接種開始時期により回数が異なりますのでご注意ください。

■子宮頸がん予防ワクチン（サーバリックス・ガーダシル）接種

対象年齢　小学校6年生から高校1年生に相当する年齢の女子（平成9年4月2日～平成14年4月1日生まれの方）

標準的接種年齢　中学校1年生

接種間隔　1回目から2回目の接種は、1か月から2か月の間隔をおいて筋肉に注射
3回目の接種は、1回目接種終了後6か月あけて、筋肉に注射

接種量　毎回0・5㎖

※子宮頸がん予防ワクチンは、ワクチンの種類により接種間隔が異なりますのでご注意ください。また、必ず同じワクチンで3回接種してください。

■接種までの流れ

・指定医療機関に直接予約し、接種してください。詳しくは平成25年度保健事業案内をご覧ください。

・母子健康手帳を持参し、予診票は医療機関で当日記入のうえ接種してください。

※事前に予診票が必要な方は、最寄の出張所および成東保健福祉センターまでお願いします。

問　健康支援課母子保健係☎(80)1172

子宮頸がん予防ワクチンの比較

内容	サーバリックス	ガーダシル
予防できるHPV（ヒトパピローマウイルス）の型	16・18型ウイルス（高ハイリスク型）	16・18型ウイルス（高ハイリスク型）**6・11型**（低リスク型）
接種方法（筋肉内に注射）3回接種	・初回 ・2回目→初回から**1か月後** ・3回目→初回から6か月後	・初回 ・2回目→初回から**2か月後** ・3回目→初回から6か月後
効能・効果	・子宮頸がん ・子宮頸部上皮内腫瘍（前がん病変）	・子宮頸がん ・子宮頸部上皮内腫瘍（前がん病変） **・外陰、膣上皮内腫瘍** **・尖圭コンジローマ（性感染症）**
主な副作用と頻度	注射部位の痛み・赤み・腫れ・筋肉の痛み・頭痛等	10%以上
	発熱・発疹・不快感・出血等	1～10%未満
	注射部位のしこり・ピリピリ、ムズムズ感・筋肉が硬くなる・下痢、腹痛等	1%未満
	失神・血管迷走神経発作（息苦しい、動悸など）・めまい・関節痛・吐き気	頻度不明
その他の注意	・医療機関予約の際には、必ず接種を希望するワクチン名を伝えてください。 ・必ず3回とも同じワクチンで接種すること ・なるべく3回とも同じ医療機関で接種すること ・接種後1週間は症状に注意し、強い痛み等が続いている場合は医師にご相談ください。 **※保護者同伴が原則です。保護者が同伴できない場合は、健康支援課までご連絡ください。**	

赤ちゃん訪問事業のお知らせ

●赤ちゃん誕生はがきを出しましょう。

赤ちゃんが生まれたら、生後14日以内に母子健康手帳別冊1の中にある「赤ちゃん誕生はがき」を健康支援課に提出しましょう。赤ちゃん誕生はがきは赤ちゃんやお母さんの健康管理をするための大切な情報源です。健康支援課では赤ちゃん誕生はがきに基づき、赤ちゃん訪問を行います。

出生時体重が2,500g未満の場合は、母子保健法第18条により低体重児の届出が必要になりますので、赤ちゃん誕生はがきに記入の上、提出しましょう。

なお、里帰りなどで、自宅に戻るのが遅くなる方や第2子以降の方も赤ちゃん誕生はがきを必ず提出してください。

●赤ちゃん（低体重児、新生児、乳児）訪問を行います。

健康支援課では、山武市に住所がある母子および山武市に里帰りをしている母子に赤ちゃん訪問を実施しています。赤ちゃんが生まれたすべてのご家庭を対象に助産師または保健師が訪問に伺います。赤ちゃんの体重測定や発育発達、お母さんの健康相談、育児や母乳相談、行政サービスの案内等を無料で行います。

赤ちゃんの入院が長引く場合も、退院後、赤ちゃん訪問を行います。

問　健康支援課母子保健係　☎(80)1172

4月から未熟児養育医療給付申請窓口が変わります

山武健康福祉センター（山武保健所）にて受付していた養育医療給付の申請は、平成25年4月から健康支援課健康医療係（成東保健福祉センター）にて行います。

※養育医療とは、出生時体重が2,000g以下、身体発達が未熟なまま出生し、医師が入院を必要と認めた乳児が入院治療を受けるためにかかる医療費の一部を公費で助成する制度です。

問　健康支援課健康医療係　☎(80)1173

集団がん検診 ～申し込みを忘れずに～

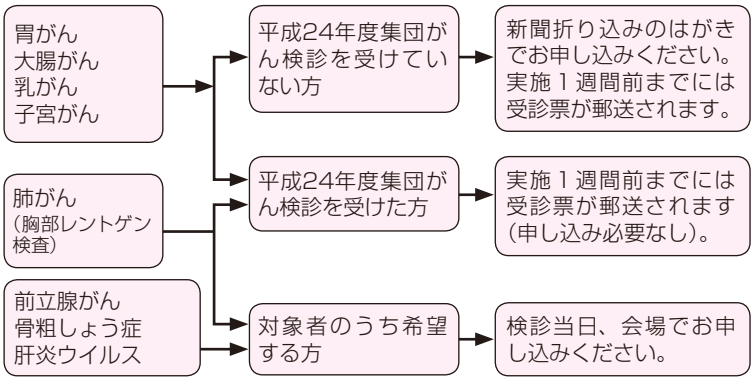
今年度集団がん検診（胃・大腸・乳・子宮）を希望する方で、平成24年度受けていない方は申し込みが必要です。申し込みの必要の有無は、下図でご確認ください。

詳細は、4月1日㈪新聞折り込みの『平成25年度保健事業案内』をご覧ください。

申・問　健康支援課成人保健係　☎(80)1171

申込締切　4月19日㈮

●集団がん検診等　申し込み方法



全国健康保険協会からのお知らせ

協会けんぽは、主に中小企業に勤務されている方とそのご家族が加入している健康保険です。

平成25年度保険料率は、平成24年度と同じ保険料率（千葉支部は9.93%）を維持します。

協会けんぽでは、加入者の家族を対象（40～74歳の被扶養者）に特定健診を実施しており、健診費用の一部（6,325円）を助成しています。家族の健康チェックのため、受診しましょう。受診券は平成25年度からは、加入者本人の住所に直送することになりました。

また、加入者本人には「生活習慣病予防健診」を実施しています。申し込み方法については、お問合わせください。

問　全国健康保険協会千葉支部保健グループ　☎043（308）0525

☎／市外局番の記載のないものは『0475』です

年に一度は健康チェック！

《短期人間ドック助成制度》

市では、国民健康保険被保険者及び後期高齢者医療被保険者の健康の保持・増進を図るため、短期人間ドックにかかる費用を助成します。健康管理のために、年に１度は受診しましょう！

【短期人間ドック費用助成制度について】

対 象 者	国民健康保険被保険者	後期高齢者医療被保険者
利用条件	・山武市国民健康保険に１年以上加入している方 ・年齢が満30歳以上の方 ・納期限の到来している国民健康保険税を完納している世帯の方	・山武市に１年以上住所を有する後期高齢者医療被保険者の方 ・納期限の到来している市税および後期高齢者医療保険料を完納している方
	・市が指定する検査項目を含む短期人間ドックを受診する方 ・短期人間ドックを同じ年度内で受診せず、前回の受診から６か月以上経過している方	
利用手続	短期人間ドック受診の前に市役所または各出張所で利用申請が必要です。 病院に短期人間ドックの受診日を予約後お越しください。（保険証と印鑑を持参）	
助 成 額	健診費用の80％（限度額５万円）	健診費用の80％（限度額３万円）
助成方法	・**契約医療機関**(※1) **で受診した場合** 医療機関の窓口で健診費用から助成額を除いた額を支払う。 ・**契約医療機関以外で受診した場合** 医療機関の窓口で健診費用の全額を支払い、その後市役所窓口で助成金請求を行う。(※2) ※２市役所窓口で請求する際、領収書・検査結果・印鑑・振込先のわかるもの持参。	・医療機関の窓口で健診費用の全額を支払い、その後市役所窓口で助成金を請求。 ・市役所窓口で請求する際、領収書・検査項目のわかるもの・印鑑・振込先のわかるものを持参。

※１【国民健康保険短期人間ドック助成契約病院一覧】

（山武市）さんむ医療センター　花城医院　大平医院
（東金市）浅井病院　（八街市）八街総合病院　（成田市）成田赤十字病院
（旭　市）国保旭中央病院（鴨川市）亀田総合病院　（佐倉市）聖隷佐倉市民病院
（千葉市）千葉社会保険病院　山王病院　亀田総合病院附属・幕張クリニック
ちば県民保健予防財団　井上記念病院
（東京都）PL東京健康管理センター

問　国民健康保険の方　国保年金課国民健康保険係　☎（80）1143
後期高齢者医療保険の方　国保年金課高齢者医療年金係　☎（80）1142

年金

こんなときには、年金の届出を！

国民年金は、日本に住む20歳以上60歳未満のすべての人が加入しなければなりません。

届出を忘れると、将来受け取る年金が少なくなったり、受け取れなくなる場合もあります。

問 国民年金課高齢者医療年金係 ☎(80)1142

次のような場合は忘れずに手続きしましょう！

届出が必要な時	手続き先
20歳になったら （厚生年金や共済年金加入者を除く）	市役所国保年金課または各出張所
	会社員や公務員に扶養されている妻（夫） ⇒　配偶者の勤務先
退職したとき （厚生年金や共済年金加入者の場合）	市役所国保年金課または各出張所
配偶者の扶養からはずれたとき （配偶者の退職等）	市役所国保年金課または各出張所

税

固定資産（土地・家屋）縦覧帳簿の縦覧

納税する方が、自己の土地や家屋の評価が適正かを判断できるように、土地や家屋の価格など縦覧帳簿を縦覧できます。

期間 4月1日(月)～5月31日(金)
※土曜日、日曜日、祝日を除く

時間 午前8時半～午後5時半

場所 課税課資産税係

問 課税課資産税係 ☎(80)1282

商工

受動喫煙防止対策助成金制度の紹介

旅館業、料理店または飲食店を経営する中小企業事業主のための喫煙室設置や喫煙エリアの喚起改善のための費用（上限200万円）を助成対象とする制度です。

問 千葉労働局健康安全課 ☎043（221）4312

中小企業の事業主、住宅ローン借入者の皆さんへ！

中小企業金融円滑化法が平成25年3月末に期限を迎えますが、金融機関は、引き続き、貸付条件の変更等や円滑な資金供給に努めます。金融円滑化に関するご相談は、次の窓口までご連絡ください。

相談窓口 関東財務局千葉財務事務所理財課 ☎043（251）7214

受付 平日午前9時～午後5時

国保ミニミニ話⑨

忘れないで、必ず届出を

春は引っ越しや就職など異動が多くなる時期です。そんなときあなたの国民健康保険はどうしますか。

職場の健康保険をやめたときや他の市町村から転入したとき、お子さんが生まれたときなど、国民健康保険の加入届出が必要になります。この届出が遅れると、資格を得た月までさかのぼって保険税を納めていただくことになります。届出をするまで保険証がありませんから、この間の医療費は一度全額自己負担になります。

また、他の市町村へ転出、職場の健康保険に加入したときは、国保をやめる届出をしてください。この届出が遅れ、うっかり今まで使っていた保険証で医療を受けた場合、国保が負担した医療費を後で返すことになります。保険税も知らずに二重に支払ってしまうこともあります。

他にも、市内転居や世帯主の変更、修学のため他に住所を移す時なども届出が必要になります。

何か異動があったときは国民健康保険の届出のことも気にかけていただきたいですね。

※届出に必要なものは、広報3月号をご覧ください。

☎／市外局番の記載のないものは『0475』です