

後期高齢者医療加入者の方へ 「後期高齢者医療被保険者証(保険証)」の更新のお知らせ

令和4年10月1日から後期高齢者医療保険の病院等での窓口負担割合の見直しにより、2割負担が新設されるに伴い、令和4年度は保険証を2回交付します。

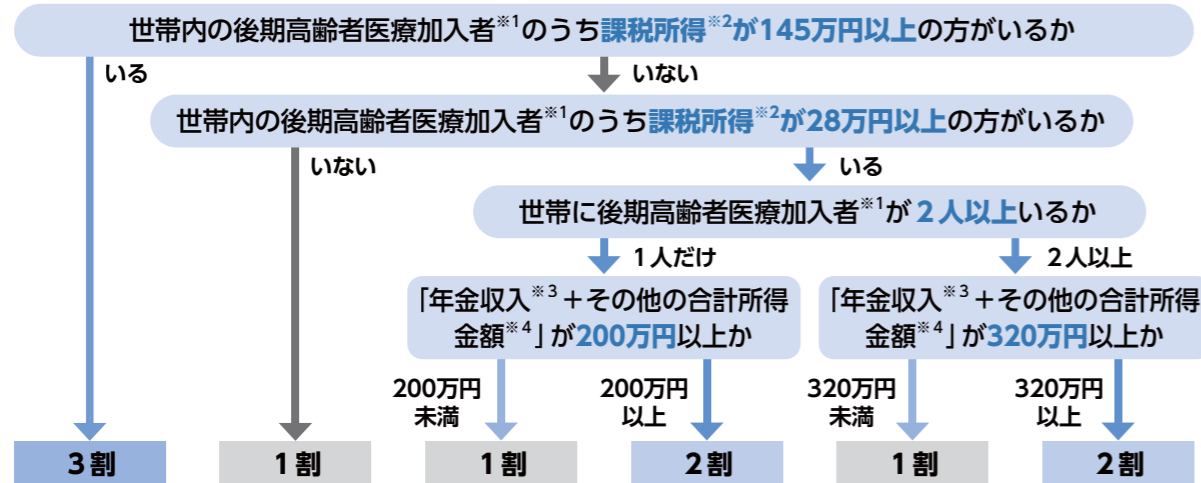
※ 現在お持ちの保険証(黄色)の有効期限は、令和4年7月31日までとなっています。
新しい保険証に記載してある窓口負担割合は、令和4年度の住民税の課税所得をもとに判定しています。

【1回目】1回目の新しい保険証(オレンジ色)は、7月中に簡易書留等で郵送いたします。有効期間は「令和4年8月1日から令和4年9月30日」までとなっています。

同一世帯の後期高齢者医療加入者のうち、住民税の課税所得が145万円以上ある方がいる世帯の加入者	⇒	(病院等での)窓口負担割合 3割
上記条件に該当しない世帯の加入者	⇒	(病院等での)窓口負担割合 1割

【2回目】2回目の新しい保険証(薄青色)は、9月中に簡易書留等で郵送いたします。有効期間は「令和4年10月1日から令和5年7月31日」までとなっています。

●世帯の窓口負担割合は、後期高齢者医療加入者^{※1}の課税所得^{※2}や年金収入^{※3}をもとに、世帯単位で判定します。(令和3年中の所得をもとに、負担割合の判定を行い、令和4年10月からの負担割合を決定します。)



◇3割に該当する方のうち、申請により1割又は2割になる場合があります。

※1「後期高齢者医療加入者」とは 75歳以上の方および65~74歳で一定の障害の状態にあると広域連合から認定を受けた方
 ※2「課税所得」とは 住民税納税通知書の「課税標準」の額。(前年の収入から、給与所得控除や公的年金等控除、所得控除(基礎控除や社会保険料控除等)を差し引いた後の金額)
 ※3「年金収入」とは 遺族年金や障害年金は含まず、公的年金等控除を差し引く前の金額
 ※4「その他の合計所得金額」とは 事業収入や給与収入等から、必要経費や給与所得控除等を差し引いた後の金額

「後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証」および「後期高齢者医療限度額適用認定証」の更新の手続き等のお知らせ

■現在「限度額適用・標準負担額減額認定証」(黄色)・「限度額適用認定証」(桃色)をお持ちの方
令和4年7月31日で有効期限が切れますので、新しい「限度額適用・標準負担額減額認定証」(薄青色)または「限度額適用認定証」(桃色)を7月中に郵送します。8月1日からご使用ください。

■新しく申請が必要な方
所得区分が低所得者Ⅰ・Ⅱの方および現役並み所得者Ⅰ・Ⅱの方で、「限度額適用・標準負担額減額認定証」または「限度額適用認定証」をお持ちでない方は、外来および入院で受診される際に利用できますので、市町村の担当窓口申請してください。

【申請に必要なもの】 後期高齢者医療被保険者証、本人が確認できる書類(免許証等)、マイナンバーカード

☎ 福祉保健介護課 国保医療係 ☎78-3139



“ここが変わった！健康ポイント！”

健診受診が必須です！

実施期間
令和4年6月1日～
令和5年1月31日

特定健診・職場健診・若年者健診・人間ドック・後期高齢者健診では、身体の状態をチェックでき、毎年継続して受診することで経年変化を知ることができます。

また、心筋梗塞や脳血管疾患などの生活習慣病の発症や重症化を予防し、がんの早期発見などにつながります。

健診は、「お金も時間ももったいない」・・・そう思うのは、今健康だから。
健康でなくなると、お金も時間も失います。



～健康な時こそ、健診を受診し、
「ながす健康ポイント」でお得に健康づくりに取り組みましょう！～

※定期的に通院して受ける検査と健診は目的が違います。
検査と健診の違いは？【検査】治療中の疾患が悪化していないか、コントロールは良好かなど、特定の疾患の状態を把握するためのもの。
【健診】全身の健康状態を確認し、病気を予防するためのもの。

★健診では、次のようなことを調べます。

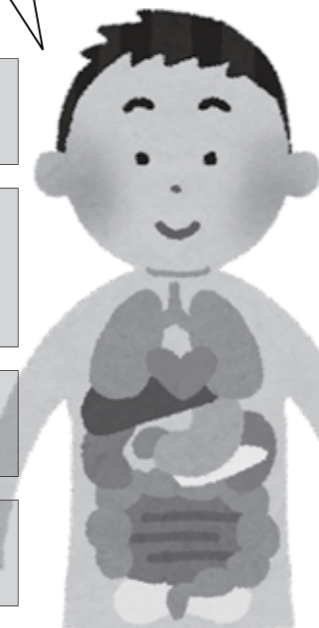
例) 一般的な健診での健診項目

●問診・診察
問診や医師の診察

●身体測定
(身長・体重・肥満度(BMI)・腹囲)
肥満度・内臓脂肪の蓄積をチェック

●血圧測定
高血圧をチェック

●尿検査(尿糖・尿蛋白・尿潜血)
糖尿病や腎臓病をチェック



●血液検査

●代謝系検査
(空腹時血糖、HbA1c、尿酸)
糖尿病・痛風をチェック

●脂質検査
(中性脂肪・HDL・LDLコレステロール)
脂質異常をチェック

●肝機能検査
(GOT・GPT・γ-GTP)
肝臓の状態・胆道系の異常をチェック

★まだ受診の予定がない人は、12月の集団健診または医療機関で受ける個別健診(特定健診・後期高齢者健診)を受診できます。ぜひ、お申し込みください。

☎ すこやか館 ☎78-7171・国保医療係 ☎78-3139

ポイント申請時は、
必ず健診結果を持参
してくださいね



母子等貧血検査事業が始まりました！

なぜ貧血検査が必要？

乳幼児期の貧血は脳や身体発達を阻害するリスクがある為早期発見、治療が重要ですが日本では採血検査を受ける機会がないことが課題です。また、母親の貧血は産後うつや子育てに対する負担感が増加する原因となります。

そこで長洲町では検査機器を導入し、測定することで母子の健康増進、栄養改善を図ります。

長洲町では令和4年5月の乳幼児健診より、採血不要の機器を使用した貧血検査を開始しました。7か月児、1歳6か月児、3歳児健診にて対象児と保護者を対象に簡易的にヘモグロビン値を測定しています。クリップ型のセンサで指を挟むだけで痛みもなく、0歳から測定できます。また、栄養相談も併せて実施し、健康づくりをサポートしています。

今後は測定結果を活用した貧血の実態調査研究も開始予定です。

8月には町民のみなさんを対象とした測定会を開催します！ぜひご参加ください。



保健センターすこやか館 ☎ 78-7171

はぐくみ館 相談情報

<相談日時>
原則予約制で、電話・対面による相談を行います。
・月曜日～金曜日 午前9時～午後4時
・上記以外の相談日やリモート相談をご希望の場合は、ご連絡をお願いします。

<相談スタッフ>
臨床心理士、助産師、保健師、保育士、元教諭、社会福祉士など
相談内容により対応します。

<相談内容>
こんなときどうしたら？
・子育てや学校生活で困っている…など
・言葉が遅い、発達が遅い、集団生活になじめない
・経済的に不安

<7月の主な相談日程>
・14日☎ 午前9時～正午 ……臨床心理士による相談
・27日☎ 午前10時～正午 ……助産師による相談

☎ TEL : 78-4189 FAX : 78-4199

国民健康保険被保険者証を郵送します

新しい被保険者証(クリーム色)を7月中旬に簡易書留で郵送します。お受け取りのうえ、8月1日から新しい被保険者証をお使いください。

☎ 福祉保健介護課 国保医療係
☎ (78) 3139

「限度額適用・標準負担額減額認定証」および「限度額適用認定証」の有効期限は7月31日までです

入院などの際、認定証を医療機関窓口で提示されることで、医療費の支払い額が自己負担限度額までとなります。なお、70歳以上の方は区分により認定証が必要ない(申請の必要がない)場合があります。

引き続き必要な方は、8月以降に申請して認定証の交付を受けてください。

▽必要なもの
国民健康保険被保険者証、現在お持ちの限度額適用・標準負担額減額認定証または限度額適用認定証、マイナンバーカードまたは通知書

☎ 福祉保健介護課 国保医療係
☎ (78) 3139

傷病手当金を支給します

新型コロナウイルス感染症に感染または感染が疑われる方で、仕事を欠勤することにより給与の全部または一部の支払いを受けることができなくなった場合に、傷病手当金を支給します。

▽対象者(①から③のすべてに該当する方)
①長洲町の国民健康保険の被保険者および後期高齢者医療被保険者の方
②給与等の支払いを受けている方
③新型コロナウイルス感染症に感染した方、又は発熱等の症状があり感染が疑われる方で、一定期間勤務できず、その期間の給与等の全部または一部を受けられなかった方

▽一日あたりの支給額
直近3ヶ月間の給与等をもとに算出した一日当たりの収入の2/3となります。

▽支給期間
勤務できなかった日から起算して3日を経過した日から勤務できなかった期間のうち勤務を予定していた日。

▽その他
申請に際しては、必要に応じて申請書に医療機関や勤務先にて記入していただく必要があります。

☎ 福祉保健介護課 国保医療係
☎ (78) 3139

HPVワクチンで子宮頸がんを予防しましょう！

今年から、予防接種法で定める定期予防接種であるHPVワクチンの積極的勧奨を再開することとなりました。町では6月に対象者(中学1年から高校1年の年齢相当にある女子)へのご案内通知を発送しました。(※町では、標準的な接種期間と定められている中学1年以上を通知の対象としていますが、小学6年以上の女子で希望する場合は接種が可能です。小学6年で接種を希望する場合は、すこやか館までお問い合わせください。)

これまで積極的勧奨を差し控えていたことにより、接種機会を逃した人にも、令和4年度から6年度までの3年間、従来の定期予防接種の対象年齢を超えて全額公費による接種(キャッチアップ接種)を併せて行うことになりました。

また、令和4年3月までに任意接種として自費でHPVワクチンを接種された人には費用の払い戻し(償還払い)も行います。

該当となる人はすこやか館までお問い合わせください。(対象者は、平成9年4月2日から平成18年4月1日の間に生まれた人)

なお、キャッチアップ接種対象の人で、町からの案内通知を受け取った人は、内容をよくお読みになり、接種

認知症の人と家族の会「つどい」開催

▽日時 7月16日(土) 午後1時30分～3時30分
▽場所 玉東町福祉センター
▽参加費 無料
▽その他 参加する人は、事前予約が必要ですが
☎ 家族の会 世話人 迦統 美陽子
☎ (78) 5713

認知症カフェ — 認知症に対する理解を深めましょう —

カフェ名	日時	場所	参加費	問い合わせ先
にじいろカフェ	7月21日(土) 午後1時30分～午後3時	げんきの館	無料	げんきの館 ☎57-8336

7月は「愛の血液助け合い運動」の期間です

をご検討くださいますようお願いいたします。また、ワクチンだけではなく、20歳になったら子宮頸がん検診も受診し、より確実に子宮頸がんを予防するための行動を継続しましょう。

☎ 保健センターすこやか館
☎ (78) 7171

長洲町役場の玄関ロビーにて令和4年7月19日(土)午前9時45分～11時30分午後0時45分～3時30分まで献血を実施します。

この機会に献血への御協力をお願いします。
☎ 保健センターすこやか館
☎ (78) 7171



子育て情報

子育て支援センター❀にこにこ❀

ごきげんタイム(手遊びや折り紙・読み聞かせなど)

■日時 毎週火曜日 午前11時～
■場所 子育て支援センター
■対象者 未就学児親子

Let's enjoy English

■日時 7月6日㊤ 午前11時～11時20分
■場所 子育て支援センター
※8月は17日㊤です。カレン先生と一緒に英語を楽しみましょう

1歳の誕生会

■日時 7月15日㊤ 午前10時30分～
■場所 子育て支援センター
■対象者 1歳の誕生日を迎える幼児とその保護者
※対象者には、事前に案内文を送付します。

8月にこにこサロン「手形、足形アート」○事前申込が必要です

■日時 8月4日㊤ 午前10時30分～
■場所 子育て支援センター
■対象者 未就学児親子 5組
■申込期間 7月14日㊤～28日㊤
※定員になり次第締め切ります。

ベビーマッサージ ○事前申込が必要です

■日時 8月8日㊤ 午前10時30分～
■場所 子育て支援センター
■対象者 未就学児親子 8組程度
■申込期間 7月18日㊤～8月1日㊤
※定員になり次第締め切ります。

☆遊びに来ませんか!? ☆

子育て支援センターでは、毎月、季節に合わせた「ベビーマッサージ」、子どもの身長・体重の測定がいつでもできます。お気軽に遊びに来てください。

☎・㊤ 子育て支援センター(☎78-4100)

子育て支援センター もっくさん

七夕演奏会

■日時 7月7日㊤ 午前10時～
■場所 もっくさん(長洲しおかぜ子ども園)
■内容 もっくさん開所一周年
ひなたplusの演奏を一緒に楽しみましょう!
■対象者 未就園児親子 8組程度
■申込期間 7月1日㊤～6日㊤

製作あそび

■日時 7月14日㊤ 午前10時30分～
■場所 もっくさん(長洲しおかぜ子ども園)
■内容 てがた あしかたアート
■対象者 未就園児親子
■申込期間 7月1日㊤～13日㊤

Hapiful-English

■日時 7月19日㊤ 午前11時～
■場所 もっくさん(長洲しおかぜ子ども園)
■内容 ふれあい英語
■対象者 未就園児親子
■申込期間 7月1日㊤～15日㊤

誕生会

■日時 7月26日㊤ 午前10時30分～
■場所 もっくさん(長洲しおかぜ子ども園)
■内容 7月生まれのお友だちのお祝いをします。
■対象者 未就園児親子
■申込期間 7月1日㊤～15日㊤

手作りワークショップ

■日時 7月28日㊤ 午前10時～
■場所 もっくさん(長洲しおかぜ子ども園)
■内容 小物作り
■対象者 未就園児 保護者【限定5組】
■申込期間 7月1日㊤～15日㊤

☎・㊤ 子育て支援センター もっくさん ☎78-3093 FAX:78-3095

すこやか館 Information

◎場所はいずれもすこやか館

★母子健康手帳の交付・ミニ母親学級

■日時 7月7日㊤、15日㊤、8月4日㊤
午前10時～11時30分(午前9時50分までにお越しください)

※ミニ母親学級を行いますので、妊婦さん本人がお越しください。パートナーも同伴できます。
※代理人(婚姻中の夫またはどちらかの父母のみ)が届け出る場合には、事前にすこやか館にご連絡ください。
※お勤めなどで都合が悪い場合は、指定日以外での交付も可能ですので、前もってご相談ください。
※持参するものなどの詳細については、二次元バーコードを読み込んでご確認ください。



妊娠が分かったら、できるだけ早く妊娠届を提出し、母子健康手帳の交付を受けましょう。県では、妊娠11週以内での届出を勧めています。

★2カ月児あかちゃんひろば(令和4年5月生まれ)

■日時 7月27日㊤ 午前10時～11時30分

★7月の乳幼児健診

12日㊤ 7カ月児健診 (対象:令和3年11月生まれ)
14日㊤ 3歳児健診 (対象:平成31年1月生まれ)
21日㊤ 1歳6カ月児健診 (対象:令和2年11月生まれ)
22日㊤ 3カ月児健診 (対象:令和4年3月生まれ)
※対象の人には1カ月前までに通知します。

★すこやかひろば

子育てや離乳食のことなど、お話をしに来ませんか。
7月12日㊤、22日㊤ 午前10時～11時30分

☎・㊤ すこやか館(☎78-7171)

はぐくみ館

お子さんの成長発達や子育てに関する相談をお受けしています。お気軽にお電話ください。

☎ はぐくみ館(☎78-4189)

ながす母子手帳アプリ
すこやかDiaryに
登録しよう!



行事以外の日は歌を歌ったり、塗り絵やシール遊びを楽しめます。
■開所日時 月～金 午前10時～午後2時30分

国民健康保険税が改正されました

①国民健康保険税の「課税限度額」の改正について

国民健康保険法施行令の一部改正に伴い、被保険者に課税する金額の上限となる「課税限度額」を下記のとおり引上げます。

■課税負担額

	改正前	改正後
医療給付費分	63万円	65万円
後期高齢者支援金分	19万円	20万円
介護納付金分(※)	17万円	17万円
計	99万円	102万円

(※)介護納付金分は40歳以上65歳未満の被保険者に課税されます。

②未就学児にかかる均等割の軽減について

子育て世帯の負担軽減を図るため、令和4年度分から国民健康保険に加入している未就学児にかかる均等割額の2分の1を減額します。

なお、7・5・2割の軽減が適用される世帯は、軽減後の均等割額の2分の1を減額します。

この軽減について申請は不要です。

☎ 税務課 住民税係 (☎78-3123)
福祉保健介護課 国保医療係 (☎78-3139)

長洲町食生活改善推進員協議会

簡単クッキング

オレンジとキャベツのサラダ



1人分の栄養価 エネルギー:93kcal 塩分:0.7g

材料(4人分)

キャベツ……………240g
人参……………40g
オレンジ……………120g
A はちみつ……………小さじ2
しょうゆ……………小さじ2
酢……………大さじ2
オリーブ油……………大さじ2

作り方

①キャベツは短冊切りにしてさっと茹でる。
②人参は千切りにする。オレンジは皮をむき、食べやすい大きさに切る。
③Aの材料は混ぜ合わせておく。
④①と②を器に盛り、混ぜ合わせたAの調味料をかける。

【栄養士メモ】

初夏は体が暑さに慣れておらず、夏バテしやすい時期です。さっぱりとした味付けのもの等食べやすいものを取り入れ、食欲低下を防止しましょう。

『ながすクッキング教室』を開催します(毎月第3金曜日)

※事前申し込みが必要です。男性も参加しています♪

■とき 7月15日㊤

午前9時30分～午後1時

■ところ すこやか館 調理室

■内容 講話 熱中症予防について知ろう
調理実習 夏バテを防ごう・食欲増進レシピ

■持ち物 マスク、エプロン、三角巾、スリッパ、
米半合、ふきん2枚

■参加費 500円

■締切日 7月8日㊤

■定員 15人

※定員に達した場合は、申し込みを締め切ります。

※感染症の流行状況によっては中止となる場合があります。

☎・㊤ すこやか館(☎78-7171)

掲載募集中!

初めての誕生日の記念に、
広報ながすに掲載しませんか。
掲載を希望する人は、写真と
コメントを添えてまちづくり課まで
お申し込みください (60文字まで)
☎まちづくり課 ☎78-3239

Happy Birthday

はじめての ハッピーバースデー



りょうが
直塚 瞭駕くん

令和3年7月1日(腹赤)
パパ 純一郎さん
ママ 香奈子さん
♡パパとママから
みんな大好き瞭駕くん♡
いつも笑顔でたくさん癒しを
ありがとう☆これからも
元気に成長してね!
パパとママは毎日幸せです。



さくと
馬淵 朔斗くん

令和3年7月17日(建浜)
パパ 秀太さん
ママ 沙織さん
♡パパとママから
1歳のお誕生日おめでとう!
いつも可愛い笑顔を
ありがとう♡
これからの成長
楽しみにしているよ!



ひなた
橋本 日向くん

令和3年7月28日(清源寺)
パパ 尚 貴さん
ママ 真奈路さん
♡パパとママから
お誕生日おめでとう!!
毎日ニコニコで元気いっぱいな日向☆
怪我もせず元気に大きく育ってくれて
ありがとう♪これからもお兄ちゃんと
一緒に楽しく遊ぼうね☆



おめでとう

誕生日	出生児	性別	保護者名	行政区
5.25	山口 こうせい 煌晟	男	亮平	清源寺

(令和4年5月31日受付分まで)

強い歯で何でもかめる 元気な子!

これからもむし歯ゼロで過ごしましょう!

6月2日に実施した3歳児健康診査の歯科健診で、
むし歯がなかった子どもたちを紹介します。



こうき
坂西 香紀くん
(駅通)



ひかる
山田 輝ちゃん
(腹赤)



みさき
城戸美紗季ちゃん
(古城)



るい
森川 瑠生くん
(宝町)



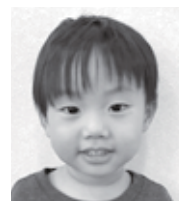
あすか
谷口阿須加くん
(大明神)



るい
中山 瑠唯ちゃん
(松原)



しんぺい
福島 進平くん
(建浜)



つばき
濱口 椿くん
(大明神)

