

健診を受診した人へ ～健診結果相談会（個別相談）～

住民課 ☎823-9206
FAX 823-9627

健診の結果はいかがでしたか？
皆さんの健診結果と生活について、個別相談会を開催しますので、ぜひ参加してください。
持参物◆健診結果票
申し込み◆開催日の前日までに電話で住民課へ
※1人30分程度の予約制です。

ヘルスケアポイントの対象です！ 30ポイントゲット		
ひろしまヘルスケアポイント 検索		
日 程	場 所	時 間
12月13日(水)	福祉センター	10時～12時

12月1日世界エイズデー 特別エイズ無料相談・検査

12月1日は世界エイズデーです。エイズの原因は性的接触が主ですが、早期発見・早期治療を行うことにより、発症の予防が可能です。

どなたでも
受けられます

保健センター
☎823-4418 FAX 823-0020

この機会に検査や相談を受けてみませんか？
検査は匿名・無料です。採血から20分程度で結果がわかります。

検査場所	日 時		申し込み（予約制）
広島市安芸区 総合福祉センター2階 (安芸区船越)	12月5日(火)	10時～11時30分	電話で広島市安芸保健センターへ (☎821-2809) ※当日の予約も可能。
	12月12日(火)	10時～12時	
	12月26日(火)	10時～12時	
広島県農林庁舎1階 診察室 (中区基町)	12月12日(火)	9時～11時 13時～14時	電話で広島県西部保健所 広島支所 保健課保健対策係へ (☎513-5521)

ヘルプマークとヘルプカードを配布します

社会福祉課 ☎823-9207
FAX 823-9627

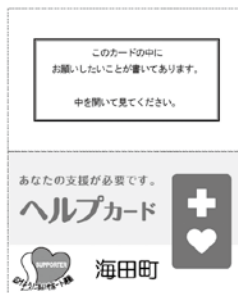
ヘルプマークについて

義足や人工関節を使用している人、内部障害や難病の人など、援助や配慮を必要としていることが外見からはわからない人々が、周囲にマークを示すことにより、配慮を必要とすることを知らせるものです。(マークは東京都の承認を得て広島県で使用するものです)



ヘルプカードについて

障がいのある人などが、災害や緊急時、また日常生活で困ったときなどに、緊急連絡先や必要とする支援内容などを記載し、周囲の人に提示して支援を求めるカードとして配布するものです。



海田町役場社会福祉課で配布しています。
ヘルプカードについては、広島県及び海田町のホームページからダウンロードすることもできます。
なお、ヘルプマークやヘルプカードの利用は、本人の自主的な判断、任意によるものとしています。

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が発行されます

住民課 ☎823-9206 FAX 823-9627

広島南年金事務所 ☎253-7710

年末調整・確定申告まで大切に 保管してください

- 国民年金保険料は、所得税および住民税の申告において全額が社会保険料控除の対象となります。その年の1月1日から12月31日までに納付した保険料が対象です。
- この社会保険料控除を受けるためには、納付したことを証明する書類の添付が義務付けられています。日本年金機構から「**社会保険料（国民年金保険料）控除証明書**」が送付されますので、年末調整や確定申告の際には必ずこの証明書（または領収証書）を添付してください。

- 家族の国民年金保険料を納付した場合も、納付した本人の社会保険料控除の申告に加えることができますので、家族あてに送られた控除証明書を添付して申告してください。

送付対象者	送付時期
平成29年1月1日から9月30日までの間に国民年金保険料を納付した人	11月上旬
平成29年10月1日から12月31日までの間に今年初めて国民年金保険料を納付した人	翌年2月上旬

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」について不明な点については、控除証明書ののしがきに表示されている番号に問い合わせてください。

カラダのために、おサイフのために…

わたしたちの国保 お医者さんへのかかり方を見直しましょう

住民課 ☎823-9206 FAX 823-9627

休日や夜間の受診を見直しましょう

夜間などに急に具合が悪くなった場合、急病であれば、夜間や休日に受診することも当然です。しかし、急病でもないのに時間外や休日に受診すると医療費も割高になるので注意が必要です。

休日や診療時間外の受診は、初診料や再診料とは別に割増料金が加算されるだけでなく、医師への負担にもなります。緊急などのやむをえない場合以外はなるべく避けましょう。

かかりつけ医をもちましょう

自分や家族の病歴や普段の健康状態を把握してくれている「かかりつけ医」がいると安心です。

家族ぐるみで信頼できる身近な医師を見つけ、気になることがあれば、まずはかかりつけ医に相談する習慣をつけましょう。また、あらかじめ体調不良の場合の対処法などを聞いておき、適切な受診を心がけましょう。

重複受診はやめましょう

同じ病気で複数の医療機関を受診したことはありませんか。「重複受診」は初診料や検査料の重複で医療費が増加するだけでなく、同じ検査のやり直しや注射・投薬の重複で体にも負担がかかります。何かあった場合には、まずはかかりつけ医に相談しましょう。