



健康だより

Nago-city Health News

名護市国民健康保険広報

2016年 7月号
NO.198

**国保
加入状況**
(5月末現在)

国保世帯数 / 10,640世帯
被保険者数 / 18,984人
退職者 / 397人
一般 / 18,587人

今月のすくすくベビー



このコーナーでは、すくすくベビー訪問で
お会いした赤ちゃんを紹介します。

きせきいと
お名前：**喜瀬 稀斗**くん(男の子)

誕生日：平成28年2月23日
お父さん：正 樹さん
お母さん：立 奈さん
訪問者：小林 英子

お父さん・お母さんからのメッセージ
『元気に大きく育って優しい男の子になってね♡』



ほかま げんよう
お名前：**外間 元耀**くん(男の子)

誕生日：平成28年1月5日
お父さん：元 人さん
お母さん：千 尋さん
訪問者：新里 亮子

お父さん・お母さんからのメッセージ
『パワフルなお姉ちゃんに負けないように、逞しく育ってね!』



すくすくベビー訪問とは…

赤ちゃんが生まれたご家庭を名護市から依頼を受けた「すくすくベビー訪問員」が
生後2カ月ごろに訪問します。*助産師等の新生児訪問を受けた方は対象から除かれます。

2歳児歯科健診が はじまりました!!



お子さまの大切な乳歯を守るため、2歳の時期に歯科健康診査、フッ素
塗布(希望者)を行っています。通知が届いたら受診しましょう。
(平成25年8月生まれの方から対象となります)

3、4、5月のピカピカ賞

名護市の3歳児健診で虫歯のなかった
子をこのコーナーで紹介します。

- | | | | | | | |
|-----------|------------|-----------|------------|-------------------------------------|------------|-----------|
| 兼次 里星 来さん | 渡真利 佳裕 大さん | 松田 美心 さん | 徳嶺 采海 さん | 島袋 想太 さん | 渡具知 汰武 さん | 石川 朔也 さん |
| 岸本 正龍 さん | 前田 悠瓜 さん | 山田 優季 さん | 翁長 心絆 さん | 田場 悠太 さん | 上間 龍王 斗 さん | 屋嘉比 康壮 さん |
| 大城 惺湊 菜さん | 平良 安李 さん | 亀里 伊央利 さん | 比屋根 智 さん | 平良 小枝 さん | 新垣 陽菜 子 さん | 宮里 空哉 さん |
| 根森 雄生 さん | 島袋 妃莉 さん | 前里 杏 さん | 比嘉 琉空 さん | 伊禮 瑠璃 さん | 崎浜 想和 さん | 古藏 帆夏 さん |
| 金城 志穂 さん | 赤嶺 華梨 さん | 名城 瑠莉 さん | 津波 有尽 さん | 儀間 司 さん | 宮國 心花 さん | 岸本 龍磨 さん |
| 中村 夏菜 さん | 大城 奈央 さん | 與座 慶飛 さん | 大瀨 花夏 さん | 福原 天翔 さん | 比嘉 良太 さん | 石川 結菜 さん |
| 高良 結 さん | 内間 莉央 菜 さん | 伊良波 叶愛 さん | 島 悠心 さん | 仲宗根 澄空 さん | 中澤 望愛 さん | 新垣 ひかり さん |
| 篠原 愉湾 さん | 高木 龍平 さん | 金城 隼正 さん | 仲地 一登 さん | 慶山 大悟 さん | 比嘉 喜百々 さん | 宮城 雄聖 さん |
| 金城 りこ さん | 新里 真汰 さん | 比嘉 夏大 さん | 仲松 莉央 さん | 大兼久 蒼奈 さん | 小野 結華 さん | |
| 宮城 岸渡 さん | 田港 朝陽 さん | 津波 諒也 さん | 畦崎 文太 さん | 比嘉 哩来 さん | 兼田 りりあ さん | |
| 本井 証希 さん | 與座 大誠 さん | 玉城 新奈 さん | 神山 葵子 さん | 平良 龍来 さん | 沖山 愛玖 さん | |
| 宮城 いろ さん | 大城 結衣 さん | 内間 一武希 さん | 長山 和功 さん | 岸本 唯花 さん | 比嘉 大晴 さん | |
| 呉屋 宜和 さん | 木下 拓海 さん | 比嘉 七海 さん | 古堅 煌 さん | 上田 真輝 さん | 山川 結莉 さん | |
| 花城 泰雅 さん | 中川 虹 さん | 神山 佳愛 さん | 比嘉 昭太郎 さん | 山口 楓太 さん | 前田 銀 さん | |
| 諸見 希衣子 さん | 金城 龍二 さん | 池原 叶 さん | 根路 銘夏 菜 さん | HEWANAMUNI ARACHIGE MICHIKO DIAS さん | | |



目次

- 今月のすくすくベビー / 3、4、5月のピカピカ賞 1
- 後期高齢者医療制度 被保険者の皆様へ 2
- 平成28年度 名護市国民健康保険税の改正について / 高齢受給者証の自己負担割合変更に伴う差替えについて
国民健康保険・後期高齢者医療保険等の還付金詐欺にご注意ください! / あなたの地区の担当保健師紹介 3
- 気をつけよう! 熱中症 / 平成28年度 集団健診開始のお知らせ 4

後期高齢者医療制度 被保険者の皆様へ

○被保険者証について

平成28年8月から被保険者証が切り替わります。
有効期限が平成29年7月31日となります。被保険者証の色(ピンク)は変更ありません。
新しい被保険者証は、7月下旬までに、郵送で交付します。8月からは、医療機関の窓口で新しい被保険者証を提示してください。

○限度額適用・標準負担額減額認定証(減額認定証)について

減額認定証とは、後期高齢者医療の被保険者で住民税非課税世帯の方が療養(入院・外来・調剤)を受ける場合に、被保険者証に添えて医療機関の窓口で提示することにより、一部負担金限度額の適用及び入院時の食事代等が減額される証です。

沖縄県後期高齢者医療広域連合にて認定された方については7月下旬までに被保険者証と同封の上、郵送します。

申請する際は、被保険者証、印鑑をご持参のうえ名護市国民健康保険課後期高齢者医療窓口でお手続き下さい。減額認定証は、申請した月の初日から適用となります。なお、代理人が申請に来る場合には被保険者証、被保険者本人の印鑑、代理人の方の身分証明書をご持参ください。

| 後期高齢者医療被保険者証 | |
|--------------------|---|
| 有効期限 平成29年 7月31日 | |
| 被保険者番号 | 1 2 3 4 5 6 7 8 |
| 住所 | 名護市港1-1-1 |
| 氏名 | 後期 太郎 男 |
| 生年月日 | 昭和 1年 1月 1日 |
| 資格取得年月日 | 平成 20年 4月 1日 |
| 有効期日 | 平成 20年 4月 1日 |
| 交付年月日 | 平成 28年 8月 1日 |
| 一部負担金の割合 | 1割(※または3割) |
| 保険者番号並びに被保険者の名称及び印 | 3 9 4 7 2 0 3 7 沖縄県後期高齢者医療広域連合 沖縄県後期高齢者医療広域連合印 |

・住民税非課税世帯とは？

区分低Ⅰ：同一世帯の世帯員全員が住民税非課税であって、かつ、世帯全員が年金収入80万円以下(その他の各種所得が必要経費・控除を差し引いたときに0円)の方(減額認定証に「区分Ⅰ」と表記されます)

区分低Ⅱ：同一世帯の世帯員全員が住民税非課税の方(減額認定証に「区分Ⅱ」と表記されます)

○保険料について

7月中旬までに通知書を郵送します。
年金から天引きされる方には、保険料額決定通知書及び特別徴収開始通知書を郵送します。
納付書での納付または口座振替で納付される方には、保険料額決定通知書及び納付通知書を郵送します。納付書で納付される方は、第1期の納期限が平成28年8月1日ですので、納め忘れのないようお願いいたします。



問い合わせ先/名護市 国民健康保険課 後期高齢者医療 ☎53-1212(内167・195)

平成28年度 名護市国民健康保険税の改正について

地方税法施行令改正にあわせて平成28年度名護市国民健康保険税の改正がありました。

○賦課限度額の改定

医療保険賦課額に係る限度額が52万円から54万円に、後期高齢者支援金賦課額に係る限度額が17万円から19万円になります。

| | 医療給付費分 | 後期高齢者支援金分 |
|--------|-------------|-------------|
| 平成27年度 | 52万円 | 17万円 |
| 平成28年度 | 54万円 | 19万円 |

○軽減措置の拡充

5割軽減及び2割軽減の対象となる世帯の軽減判定所得を引き上げて軽減を拡充します。

| | 5割軽減基準額 | 2割軽減基準額 |
|--------|----------------------------|--------------------------|
| 平成27年度 | 33万円+26.0万円×被保険者数 | 33万円+47万円×被保険者数 |
| 平成28年度 | 33万円+ 26.5万円 ×被保険者数 | 33万円+ 48万円 ×被保険者数 |

問合せ先/国民健康保険課 保険税係 ☎53-1212(内274)

高齢受給者証の自己負担割合変更に伴う差替えについて 70歳～74歳の国保加入者の方へ

70歳～74歳の国保加入者の方には、所得等に応じてそれぞれ1割・2割・3割の自己負担割合が記載された「国民健康保険被保険者証兼高齢受給者証」(国保保険証)が交付されています。

所得の増減等により窓口負担割合が前年度と変更になる方の現在お持ちの兼高齢受給者証(国保保険証)は、平成28年8月1日より差替えが必要です。

対象者には、7月中に新しい「国民健康保険被保険者証兼高齢受給者証」(国保保険証)を簡易書留にて送付いたします。

問合せ先/名護市役所 国民健康保険課 保険給付係 ☎53-1212(内154)

| 医療機関窓口での負担割合(70歳～74歳) | |
|-----------------------|----------------------------------|
| 1割 | 住民税課税所得145万円未満で誕生日が昭和19年4月1日以前の方 |
| 2割 | 住民税課税所得145万円未満で誕生日が昭和19年4月2日以降の方 |
| 3割 | 住民税課税所得145万円以上(現役並み所得者) |

【※住民税課税所得とは所得合計から所得控除合計を引いた額です。】

国民健康保険・後期高齢者医療保険等の還付金詐欺にご注意ください!

役所職員や社会保険事務所の職員などを装って医療費や税金等を還付しますと騙し、お金を振り込ませる詐欺事件が発生しております。

還付金をATMで返還することは絶対にありません。「携帯電話を持ってATM」へと言われても行かないください。

不審な電話があった場合は、一人で判断せず、必ず誰かに相談し、最寄りの警察か下記担当までお問い合わせ下さい。
名護市役所 市民福祉部 国民健康保険課 ☎53-1212 内線(保険給付係157 保険税係165 後期高齢者医療167)

あなたの地区の担当保健師紹介

大山 真由美
東江

久場 真子
大東

志良堂 君奈
宮里、城

新里 亮子
喜瀬、幸喜、許田
宇茂佐、宇茂佐の森

山下 愛奈
大南、川上、親川
源河、稲嶺、真喜屋
仲尾次

小那覇 千草
大北、済井出、運天原
我部、饒平名
屋我

仲里 夢乃
屋部、山入端、勝山
安和、中山、旭川
為又

宮野座 亜理沙
豊原、辺野古、久志、大川
二見、大浦、瀬嵩、天仁屋
底仁屋、嘉陽、安部
三原、汀間

山城 直也
大西、振慶名、田井等
仲尾、伊差川、我部祖河
古我地、呉我、山田
内原

吉居 俊平
大中、数久田
世富慶、港



保健師は下記のような仕事をしています。お気軽にご相談ください。

- * 住民健診・がん検診の結果に基づいた生活習慣病の予防や健康づくりに関すること
- * 妊産婦、お子さんの相談(健康・育児・発達など) * 新生児訪問、すくすくベイビー訪問
- * 乳幼児健診 * 予防接種に関すること

お問い合わせ/健康増進課 地域保健係 ☎53-1212(内線143・386)

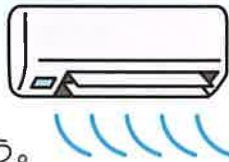


気をつけよう! 熱中症

熱中症とは・・・室内や気温が高い中での作業や運動により、体温の調節機能が働かなくなり、体内の水分や塩分(ナトリウムなど)のバランスが崩れ、発症する障害の総称です。

予防対策

- ・こまめに水分をとりましょう。
- ・炎天下での長時間の作業や海水浴は避けましょう。
- ・室内では適度な通風や冷房設備を使うなど熱を逃がす工夫をしましょう。



応急処置

- ・風通しのいい日陰やクーラーのある室内などに避難させる。
- ・衣服をゆるめ、氷や水で首やわきの下、足の付け根を冷やす。
- ・冷たい水やスポーツドリンクを与える。(意識がはっきりしない場合は×)



※名護市は熱中症声かけプロジェクトに参加しております。



熱中症 予防 声かけプロジェクト
～ひと涼みしよう～

平成28年度 住民健診開始のお知らせ

7月25日～10月末まで、各字公民館にて住民健診を実施いたします。

無料の基本健診(身体測定、血液検査、尿検査、血圧検査、診察など)に加え、**がん検診**(一部の方を除き有料)も受診できます。

「健康保険証」を必ずご持参の上、ぜひこの機会に受診しましょう!

※お住まいの地区以外の公民館でも受診できます。

※がん検診受診券ハガキを、お住まいの地区の健診日の2週間前までに郵送します。早めに別の地区の公民館で受診したい方は健康増進課までご連絡ください。

※住民健診の日程は、「市民のひろば」又は「健康カレンダー」をご確認ください。

「住民健診出発式」開催します。ご来場をお待ちしています。

日時：平成28年7月24日(日)午前10時～

場所：名護市中央図書館

内容：表彰式(受診率向上地区、健康優良者、親子ピカピカ賞)、映画上映会「はなちゃんのみそ汁」



読者投稿の募集案内

「健康だより」に関するご感想をお聞かせ下さい。投稿されたご感想等は、投稿者の同意を得て健康だよりに掲載することがございますので予めご了承下さい。

投稿方法⇒①ご氏名 ②ご住所 ③ご連絡先(電話番号・メールアドレス)

④ご感想等を下記メールアドレスまでご投稿下さい!

投稿先アドレス⇒kz-kenkouzukuri@city.nago.okinawa.jp

お知らせ…次回「健康だより」の発行は平成28年10月予定です。