

# 健康だより

Nago-city Health News

2017年7月号  
NO.202



名護の桜とピートゥー

**国保加入状況**  
(5月末現在)

国保世帯数	10,435世帯
被保険者数	18,127人
退職者	194人
一般	17,933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합니다。

なかむらはるか

お名前：**仲村 悠**くん(男の子)  
 誕生日：平成29年3月9日  
 お父さん：大地さん  
 お母さん：恵さん  
 訪問者：小林 英子  
 お父さん・お母さんからのメッセージ  
 『兄弟仲良く、元気にすくすく大きくなあれ♪』



みやぎれお

お名前：**宮城 麗凰**くん(男の子)  
 誕生日：平成29年4月12日  
 お父さん：健一さん  
 お母さん：葵さん  
 訪問者：當間 晶子  
 お父さん・お母さんからのメッセージ  
 『健康でたくましくすくすく育てね』



### すくすくベビー訪問とは…

赤ちゃんが生まれた全ご家庭を名護市から依頼を受けた「母子保健推進員」が生後2ヵ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。(2歳~2歳6ヶ月の方が対象となります。)



## 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。

- |              |          |          |           |          |          |          |
|--------------|----------|----------|-----------|----------|----------|----------|
| 安里 粹琉さん      | 大城 百菜さん  | 岸本 菜々緒さん | 新城 温麻さん   | 玉代勢 玲奈さん | 仲地 佑之進さん | 松川 昊世さん  |
| 安里 翔琉さん      | 大城 優和さん  | 岸本 有生さん  | 新城 彩羽さん   | 辻本 涼子さん  | 仲泊 蓮夏さん  | 松川 横里さん  |
| 東 佑多さん       | 大城 莉愛さん  | 木村 伊就さん  | 新城 蒼太さん   | 津波 煌さん   | 仲松 諒弥さん  | 宮城 永空さん  |
| 新城 笑舞さん      | 大城 梨桜さん  | 金城 珀玖さん  | 新城 梨羽さん   | 津波 幸佑さん  | 仲村 ありすさん | 宮城 遥さん   |
| 新城 咲琉さん      | 大城 和叶さん  | 金城 優新さん  | 謝花 常一郎さん  | 津波 一花さん  | 仲村 千尋さん  | 宮城 結真さん  |
| 稲福 琉伊さん      | 小川 瑠月さん  | 金城 谷さん   | 平良 愛空さん   | 照屋 希虹さん  | 仲村 愛菜さん  | 宮里 姫蘭さん  |
| 稲福 波岳さん      | 親川 瑠楓さん  | 久高 心夏さん  | 平良 夏達さん   | 當銘 柊生さん  | 長嶺 李千羽さん | 宮平 寿来さん  |
| 伊良波 李妃さん     | 親川 凛さん   | 久高 心夏さん  | 平良 光莉さん   | 德嶺 和人さん  | 長嶺 李樹さん  | 村 妃依乃さん  |
| 伊禮 葵月さん      | 兼島 陸さん   | 桑原 楓さん   | 高安 倅叶さん   | 渡口 瑛音さん  | 西平 鈴愛さん  | 自取真 汰さん  |
| 上地 琉心さん      | 兼田 樹優さん  | 兼山 はびるさん | 多嘉山 拓さん   | 渡具知 香風さん | 花本 希依さん  | 持田 咲希さん  |
| 上原 凛さん       | 神田 来輝さん  | 具志堅 興翔さん | 高良 奏詩さん   | 渡久地 優雅さん | 原田 かのこさん | 八木 悠太さん  |
| 上間 架蓮さん      | 神谷 直人さん  | 具志堅 心夏さん | 玉城 慎之助さん  | 富本 結依さん  | 比嘉 楓さん   | 屋比久 健太郎  |
| エンロー 泰生トミーさん | 神山 あさひさん | 古我知 糸さん  | 玉城 友花里さん  | 友利 亮来さん  | 比嘉 志優さん  | 山城 寿太朗さん |
| 大兼久 結惟さん     | 川田 結愛さん  | 崎濱 柚希さん  | 玉里 愛来さん   | 鳥居 青嗣さん  | 比嘉 結偉さん  | 山城 美海さん  |
| 大宜見 美結さん     | 岸本 華夏さん  | 崎原 結さん   | 玉城 心花さん   | 仲尾 啓さん   | 比嘉 悠人さん  | 山城 陸人さん  |
| 大城 紅杏さん      | 岸本 康佑さん  | 佐藤 勇希さん  | 玉城 亮和さん   | 仲尾 爽佑さん  | 外間 志歩さん  | 山入端 莉帆さん |
| 大城 珠莉奈さん     | 岸本 尚士さん  | 白川 瑠偉さん  | 玉那覇 ひなたさん | 仲田 潤ノ介さん | 又吉 里風さん  | 山入端 直太さん |
| 大城 なみさん      | 岸本 潮玲奈さん | 城田 航太郎さん | 玉那覇 有さん   | 仲地 心愛さん  | 松井 直太さん  | 吉田 照栄さん  |
|              |          |          | 玉那覇 利子さん  | 仲地 優さん   | 松石 優定さん  | 與那嶺 弦さん  |

- 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／国民健康保険税・夜間納税相談のお知らせ／平成29年度 名護市国民健康保険税の改正について ..... 2
- 平成29年5月より中南部地区の医療機関でも婦人がん検診が受けられるようになりました!!／平成29年度 住民健診出発式の開催 ..... 3
- あなたの地区の担当保健師紹介／気をつけよう! 熱中症／70歳~74歳の国保加入者の方へ ..... 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29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30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。

※『後期高齢者医療制度のご案内』(パンフレット)を被保険者証と同封していますので、ご確認下さい。(保険料、高額療養費の改正等について記載されています。)

## ○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。

### ・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)

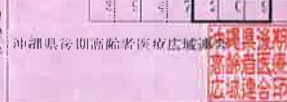
区分低Ⅱ：同一世帯の世帯員全員が住民税非課税の方(減額認定証に「区分Ⅱ」と表記されます)

## ○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29年7月末ですので、納め忘れのないようお願いいたします。

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限	平成30年 7月31日
被保険者番号	1 2 3 4 5 6 7 8
被 姓 名	名護市津1-1-1
被 氏 名	後期 太郎 男
生 年 月 日	昭和 1年 1月 1日
保険加入年月日	平成 20年 4月 1日
無 効 期 日	平成 20年 4月 1日
交付年月日	平成 29年 8月 1日
一割負担割合	1割(または3割)
被保険者番号並びに保険料の名称及び印	

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

## 国民健康保険税・夜間納税相談のお知らせ

日中に国民健康保険税に関する納付の相談ができない方を対象として、夜間納税相談窓口を開設しております。納期限までの納税が難しい場合は、お早めにご相談ください。

●日時 祝祭日を除く毎週木曜 午後5時30分～午後8時 ※平日木曜日でも開設しない場合もあります。

毎月の開設日は、市民のひろばの「各種相談業務」に掲載いたします。

●場所 国民健康保険課 保険税係

### ・還付金詐欺にご注意！

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」へと言われたら還付金詐欺です。相手の言った電話番号を鵜呑みにせず、電話帳などで電話番号を確認して関係機関に問合せましょう。

お問い合わせ／国民健康保険課 保険税係 ☎53-1212(内線152・153)

## 平成29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伴い、平成29年度名護市国民健康保険税の改正がありました。

○軽減措置の拡充 5割軽減および2割軽減の軽減判定所得基準額が見直され、軽減対象者が拡充されました。

	5割軽減基準額	2割軽減基準額
平成28年度	26.5万円×被保険者数+33万円	48万円×被保険者数+33万円
平成29年度	27万円×被保険者数+33万円	49万円×被保険者数+33万円

お問い合わせ／国民健康保険課 保険税係 ☎53-1212(内線274)

# 平成29年5月より中南部地区の医療機関でも婦人がん検診が受けられるようになりました!!

中部地区の医療機関でも乳がん検診(マンモグラフィ検査)及び子宮頸がん検診(細胞診)が受診できるようになっております。受診前に病院に電話予約をして、はがきを持参して受診してください。(はがきがまだ届いていない方は健康増進課までご連絡ください)



## ■ 子宮頸がん検診及び乳がん検診委託医療機関一覧

検診機関	住所	電話番号	子宮頸がん検診	乳がん検診(マンモ)
北部地区医師会病院健康管理センター	名護市宇字茂佐1712-3	(0980)52-0777	×	●
アドベンチスト・メディカルセンター	西原町字幸地868	098-946-2844	●	●
儀間クリニック	西原町字翁長410-1	098-946-6726	●	×
ハートライフ病院	中城村字伊集208	0120-123-026	●	●
うえむら病院	中城村字南上原803-3	098-895-3535	●	○
当山産婦人科医院	宜野湾市字大謝名5-20-8	098-897-5666	●	○
古堅ウイメンズクリニック	宜野湾市字大謝名165	098-890-1600	●	○
中部産婦人科医院	沖縄市安慶田1-3-20	098-937-8878	●	○
ちばなクリニック健康管理センター	沖縄市知花6-25-15	098-939-1301	●	●
美里女性クリニック	沖縄市美里2-25-3	098-929-3003	●	○
やびく産婦人科・小児科	北谷町字砂辺306	098-936-6789	●	○
名城病院	うるま市字赤道175-3	098-974-2121	●	○
中部徳洲会病院	北中城村アワセ土地区画整理事業地内2街区1番	098-932-1110	●	●
ゆいクリニック	沖縄市登川2444-3	098-989-3801	●	○
中部協同病院	沖縄市知花6-25-5	098-938-8828	●	○
あいレディースクリニック	沖縄市美里4-17-7	098-937-1111	●	○
中部地区医師会検診センター	北谷町字宮城1-584	098-936-8290	●	●
いなふくクリニック	宜野湾市真米原3-12-20	098-890-5300	●	×
愛知クリニック	宜野湾市字愛知1-2-12	098-892-3511	●	×
中頭病院 ※入院・通院中の患者のみ	沖縄市登川610	098-939-1300	●	●
パークレーレディースクリニック	浦添市当山2-2-11	098-873-1135	●	×
Naoko女性クリニック	浦添市経塚745-7 経塚駅前モール2階	098-988-9811	●	×
赤嶺レディースクリニック	浦添市城間4-18-2	098-877-8839	●	×
東産婦人科クリニック	浦添市安波茶1-30-17	098-878-5212	●	×
空の森クリニック	八重瀬町字屋宜原229-1	098-998-0011	●	×
KIN放射線治療・健診クリニック	金武町字金武10897	098-968-4664	●	●
宜野湾記念病院	宜野湾市宜野湾3-3-13	098-893-2101	×	●
仲宗根クリニック	沖縄市高原7-23-14	098-933-8000	×	○
愛聖クリニック	沖縄市高原5-15-11	098-939-5114	×	○
国立病院機構沖縄病院 ※予約は平日15~17時 tel	宜野湾市我如古3-20-14	098-898-2121	×	●
マンマ家クリニック	浦添市経塚633 メディカルkプラザ2階	098-988-4141	×	●
那覇西クリニック	那覇市赤嶺2-1-9	098-858-5557	×	●
那覇西クリニックまかび	那覇市真嘉比2-29-22	098-884-7824	×	●

※乳がん検診について ●=施設内にマンモ装置がある施設、○=巡回検診車により実施

## 平成29年度住民健診出発式の開催

今年も7月24日(月)饒平名区を皮切りに、各公民館を巡回して実施する住民健診がスタートします。それに先駆け、下記日程にて住民健診出発式を開催しますので、お時間の都合がつく方はぜひお越しください。特定健診受診率向上地区表彰や健康に関するいろんな情報を発信します。

### 平成29年度住民健診出発式

日 時：平成29年7月21日(金) 午後4時～ 30分程度

場 所：名護市役所1階ピロティ

内 容：表彰式(特定健診受診率向上地区、健康優良者、親子ピカピカ賞、特別賞)



## あなたの地区の担当保健師紹介

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、すくすくベビー訪問
- \* 乳幼児健診 \* 予防接種に関すること

大山 真由美	東江
大嶺 亜理沙	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、稻嶺、真喜屋、仲尾次
當間 晶子	済井出、運天原、我部、饒平名、屋我、大北
仲里 夢乃	屋部、山入端、勝山、安和、中山、旭川、為又
大城 奈津子	大中、大川、二見、大浦、瀬嵩、天仁屋、底仁屋、嘉陽、安部、三原、汀間
玉城 結花	振慶名、田井等、仲尾、伊差川、我部祖河、古我地、呉我、山田、内原
石川 夏姫	大西、辺野古、豊原、久志
吉居 俊平	数久田、世富慶、港



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×)



## 70歳~74歳の国保加入者の方へ

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歳の国保加入者のうち、所得の増減などにより窓口自己負担割合が前年度と変更になる方は、平成29年8月1日(火)より「被保険者証兼高齢受給者証」(国保保険証)の差替えが必要です。

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しますので、現在お手持ちの保険証は同封の返信用封筒にて返還をお願いいたします。

※新しい国保保険証の有効期限は8月1日からですので、7月31日までは現在の国保保険証をお使いください。

### 医療機関窓口での自己負担割合 (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 145万円以上の方 (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。



お問い合わせ/名護市役所 国民健康保険課 給付係 ☎53-1212(内線154)

## 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⇒[kenkouzoushin@city.nago.okinawa.jp](mailto:kenkouzoushin@city.nago.okinawa.jp)

お知らせ…次回「健康だより」の発行は平成29年10月予定です。