

お年寄りの医療は、 村のみんなで支え合っています！

あなたは…

- 1 気軽に相談できる、かかりつけ医がいますか？
 - 2 ひとつの病気で何人ものお医者さんにかかりつけたり、薬をもらったりしていませんか？
 - 3 自己診断しないで症状をきちんと伝えていますか？

このようなことを気をつけるだけで

医療費の削減につながります！



児童扶養手当：特例原動車扶養手当制度のトピックス

<p>○児童扶養手当</p> <p>児童扶養手当は、父と生計を同じくしている児童が育てられている家庭の生活の安定と自立を助けるために、児童の母や、母にかわってその児童を養育している人に支給されます。</p>	<p>また、父と生計を同じくしていても、父の心身に重度の障害がある場合には手当が支給されます。</p> <p>○手当を受ける手続き</p> <p>役場保健福祉課の窓口で次の書類を添えて請求の手続きをして下さい。</p>	<p>○手当を受ける手続き</p> <p>役場保健福祉課の窓口で次の書類を添えて請求の手続きをして下さい。</p> <p>請求者と対象児童の戸籍謄本又は抄本（外国人の方は登録済み証明書）</p> <p>請求者と対象児童が属する世帯全員の住民票の写し</p> <p>その他必要書類</p>	<p>○支給制限について</p> <p>受給資格者及びその生計を同じくする扶養義務者等の前年の所得が一定額以上ある場合には、その年度（8月から翌年の7月まで）は、生計の全部又は一部が支給停止されます。</p> <p>○特別児童扶養手当</p> <p>障害を持つ児童を扶養している親には、特別児童扶養手当が適用になります。</p> <p>※現在、受給されている方へ</p> <p>現在児童・特別児童扶養手当を受給されている方で、対象となる児童が増えた・住所を変更した・証書をなくした等の事態が発生した場合は、速やかに役場保健福祉課</p>	<p>は発行日から1ヵ月以内のものであることが必要です。</p> <p>○手当の額</p> <p>（16年10月から）</p> <p>受給資格者及びその生計を同じくする扶養義務者等の前年の所得が一定額以上ある場合には、その年度（8月から翌年の7月まで）は、生計の全部又は一部が支給停止されます。</p>
---	---	---	--	---

区分	全部支給される者	一部支給される者
児童1人のとき	月額41,880円	所得に応じて月額 9,880円～41,870円
児童2人のとき	児童が1人のときの額に5,000円を追加	
児童3人以上のとき	3人目から1人増すごとに 3,000円を加算	

子宮がん・骨粗しょう症検診を受けましょう

～いつまでも人生をいきいきエンジョイするために～

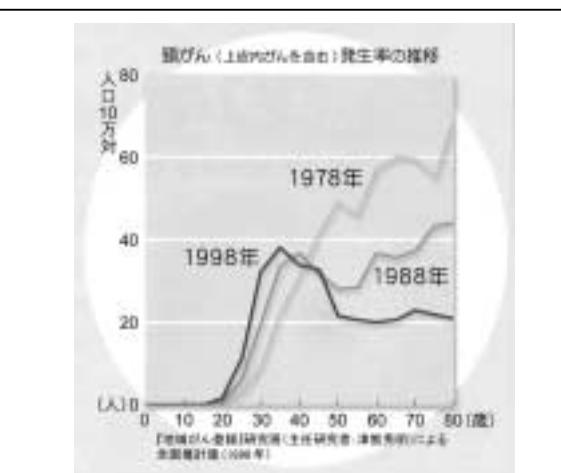
全国的な子宮頸がんの発生率は、50歳以上ではこの20年間で順調に減ってきていますが、逆に20～24歳では約2倍に、25～29歳では約3～4倍に増加しています。

また、骨密度は30歳代から減少し始め、更年期を境に急激に減少します。

村の子宮がん検診及び骨粗しょう症検診の年代別受診割合を見ると、若い世代の受診割合が低い傾向にあります。若い時から受診し、子宮がんの早期発見・早期治療および将来の骨折や寝たきり予防に心がけましょう。

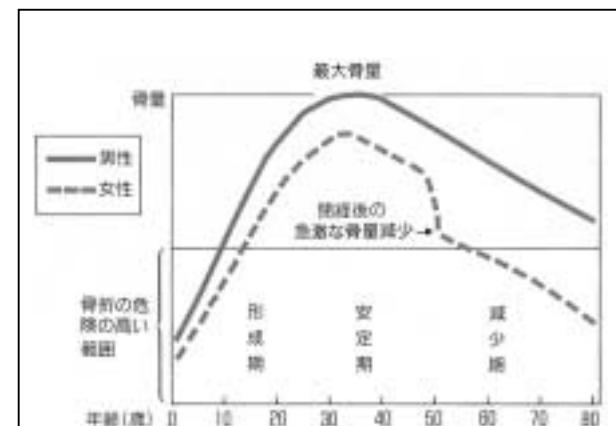


● 頸がん（上皮内がんを含む）発生率の推移



子宮頸がんは、ヒトパピローマウイルスの感染力関与しています。性活動が活発な若い世代での感染の機会が増えているため、20歳代の若年層で急激に増加しています。

●ライフステージと骨粗しょう症予防



女性の骨密度は30歳代から減少し始め、50歳前後で減少率が最大となり、60歳以降は緩やかに減少します。

成長期からカルシウムの摂取を心がけ、骨密度の最大値を維持することに努めましょう。

●骨粗しょう症予防の3原則

骨粗しょう症はカルシウムが不足して、骨がもろくなり、骨折しやすくなる病気です。骨粗しょう症予防の基本は、食事と運動と日光浴の3つです。



牛乳などカルシウムの多い食品をとらない
戸外で日光に当たることが少ない
運動不足である
小柄でやせている（女性のみ）
閉経後または卵巣を切除（女性のみ）
血縁者に骨粗しょう症の人がいる
無理なダイエットをしたことがある

※該当項目が多いほど骨粗しょう症の可能性があります。