



4月から7月は「健康づくりチャレンジ期間」です！

年に1回は**健診**を受けましょう！

～4月上旬に「住民健診申込書」を各世帯に送付します～

問 健康ほけん課健康推進係 内線 129・168

6～7月にかけて、住民健診（特定健診や各種がん検診）を実施します。住民健診は、一つの会場で特定健診やがん検診などをまとめて受診できる、年に1回のチャンスです。

日程や場所など詳細については、4月上旬に住民健診申込書を各世帯に送付しますので、同封する案内をご確認ください。

健診を受けることは、生活習慣病の予防や早期発見のためにとっても大切なことです。必ず健診を受けましょう。

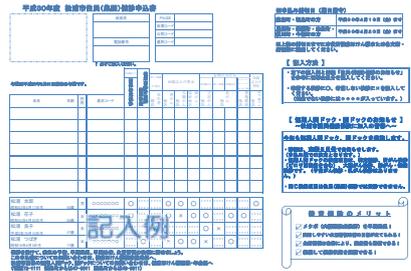
●住民健診申込書は、必ず家族全員で確認しましょう！

住民健診申込書は**世帯での申し込み**になります。**必ずご家族全員で確認し**、申し込みの漏れがないように注意してください。

申し込みをした世帯には、健診開始日の10日ほど前に受診票を送付します。健診を受診する当日に健診会場へご持参ください。

●国保の短期人間ドック・脳ドックについて

国民健康保険に加入されている人で、短期人間ドック・脳ドックの受診を希望される人は、住民健診では同じ検査項目を受診できません。申し込みの詳細は、**市報5月号**でお知らせしますので、ご確認ください。



▲平成30年度住民健診申込書（青色）

風しん抗体検査が無料で受けられます

問 健康ほけん課健康推進係
内線 129・168

妊娠した女性が風しんにかかるると、生まれてくる赤ちゃんが目や耳、心臓などに障害をもつことがあります。
（先天性風しん症候群）
風しんに対する十分な免疫があるかどうかは抗体検査で確認できます。

自身の風しん抗体の保有状況を確認し、抗体検査の結果、抗体価が低い場合は、ワクチン接種をお勧めします。（ワクチン接種費用は自己負担です。）

【対象者】

- ① 県内に在住（長崎市・佐世保市を除く）する次のいずれかに該当する人
- ② 妊娠を希望している女性（妊婦は除く）
- ③ 妊娠を希望している女性の夫・パートナー
- ④ 風しん抗体価が低い妊婦の夫・パートナーもしくは同居者

※過去に風しん抗体検査を受けたことがある人、明らかに風しん予防接種歴がある人、または検査で確定診断を受けた風しん既往歴がある人および妊婦は除きます。

【場所】 県北保健所
（平戸市田平町1126-1）
☎0950-157-3933

【費用】 無料

【申込方法】 **電話による事前予約**

※その他詳細は、問合せ先または県北保健所にお尋ねください。

ひきこもり・不登校の家族の集い

問 健康ほけん課健康推進係
内線 129

子育てのごも課ごも未来係
☎内線 150

ひきこもり・不登校の家族の集いは、「子どもが学校に登校できず、自室に1日中閉じこもっている」、「学校は卒業したが、仕事をせずに家にひきこもっている」、「家族としてどのように接していいかわからない」など、同じ悩みや不安を抱えるご家族同士が語り合う交流の場所です。

同じ立場の家族同士がつながることで、一人で抱え込んでいた問題が解決できることもあります。お気軽にご参加ください。

【期日】 第4金曜日

【時間】 午後7時～9時

【場所】 生涯学習センター（きらら21）研修室1・2
※日程が変更になる場合もあります。市報の行事カレンダーでご確認ください。

高齢者肺炎球菌の予防接種

問 健康ほけん課健康推進係
内線 168

肺炎球菌ワクチンは接種することにより肺炎の発症・重症化の予防が期待できます。ただし、副反応などを理解し、不明な点を医師や問合せ先に相談した上で接種することが大切です。

接種希望の人は、直接医療機関へお申し込みください。

【補助対象者】

- ① 平成30年4月2日から平成31年4月1日までの間に65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳となる人
- ② 接種当日に60歳以上65歳未満であつて心臓や腎臓・呼吸器・免疫機能に一定の障害がある人（医療機関の窓口で、医師の診断書または身体障害者手帳の提示が必要）。

※右記に該当する人でも、過去に1度でもこの予防接種を受けたことがある人は、補助の対象外です。

※①に該当する人には、個別に案内通知を送付します。

【接種期間】

4月1日（日）～
平成31年3月31日（日）

【接種料金】 8,140円

（自己負担4,000円、公費負担4,140円）

※生活保護受給者は無料となります。医療機関窓口で生活保護受給者証をご提示ください。

※その他詳細は、個別通知に記載ついでに確認してください。



4月から入院時の食事代が変わります！

☎健康ほけん課国保・年金係 ☎内線 109、125、126

入院時の食事代が、下表のとおり変更となります。

ただし、住民税非課税世帯の方や、指定難病、小児慢性特定疾病の患者の人などの負担額は据え置かれます。

【入院時 1食あたりの負担額】

所得区分	3月まで	4月から
① 住民税課税世帯	360円	460円
② 住民税非課税世帯(③に該当する人を除く)	210円	210円
③ 住民非課税世帯のうち、所得が一定の基準に満たない人など	100円	100円

※併せて、療養病床に入院する65歳以上の人の居住費が変更になる場合があります。



消費生活センターだより

☎松浦市消費生活センター ☎内線 180、直通 72-1861

フィッシング詐欺にご注意を！！

〈相談事例〉

通信業者からIDの再契約の手続きに関するメールが届いた。住所、氏名、カード会員番号などを記載するよう指示があったので、入力して返送した。数か月後、クレジット会社から身に覚えのないオンラインショッピングによる利用代金として50万円を超える請求を受けた。(40代 男性)

※フィッシング詐欺とは、金融機関やクレジット会社・携帯電話会社などに成りすまして偽メールを送り、偽のホームページに接続させるなどの方法で、クレジット番号、アカウント情報(ID・パスワード)といった重要な個人情報を盗み出す行為のことを言います。



〈ひとこと助言〉

金融機関やクレジット会社、携帯電話会社が、メールで口座番号・クレジット番号・IDやパスワードの確認や変更の必要があるなどと称して、入力を求めることはありません。

メール本文中のリンクは、偽サイトに誘導される危険がありますので、正規のURLを直接入力してサイトを開きましょう。

※おかしいなと思ったときは、消費生活センターにご相談ください。

労働相談のお知らせ

県では、労働条件や労使環境など、労働問題全般に関する相談を受け付けています。働く人、経営者、どなたでも相談可能です。賃金や退職金、労働時間、解雇、退職、労働条件の切り下げなどのトラブルでお困りの人はお気軽にご相談ください。

相談は無料です。また、秘密は厳守いたします。

【電話相談】 ☎0120-783-369(携帯可)

相談窓口	開所日および開所時間
職員による労働相談	祝祭日を除く月曜日から金曜日 午前9時～午後5時45分
弁護士による特別労働相談 (要予約、相談無料)	祝祭日を除く毎月第4水曜日 午後1時30分～午後3時30分

【問合せ先】

長崎県佐世保労働相談情報センター
住所:佐世保市木場田町3-25
県北振興局4階(商工労政課内)
☎0956-25-8110