



なばり

2012年(平成24年) 4月8日発行

主な内容

- 1……ばりばり現役プロジェクト始動。
- 2……ロタウイルスワクチン・高齢者肺炎球菌の予防接種費用補助
- 3……介護保険料の基準月額が上がります
- 4……5月の相談

発行/名張市企画財政部広報対話室 〒518-0492 名張市鴻之台1-1 ☎ 0595-63-7402 ✉ pr@city.nabari.mie.jp 🌐 http://www.city.nabari.lg.jp

Data | 名張市民の健康

■ 特定健診とがん検診の受診率は

県内で低い(平成21年度)

- ▼特定健診(40～74歳の国保被保険者/26%)…14市中14位
- ▼子宮(10.9%)・大腸(3.1%)・胃(2.6%)・肺(4%)の各がん検診…いずれも14市中14位

※厚生労働省 地域保健・健康増進事業報告より

■ 生活習慣病が重症化(平成21年度)

- ▼悪性新生物(がん)による死亡率が県平均より高い(名張市:人口10万人当たり285.1人 三重県:同262.5人 ※悪性新生物年齢調整死亡率(17～21年累計))
- ▼腎不全の1人当たりの医療費と、腎不全の病院受診率が県内で高く(いずれも14市中2位)、市内で人工透析患者が増加傾向(17年133人、22年181人)
- ▼高血圧の1日当たり医療費と、1件当たり費用額が県内で高く(いずれも14市中1位)、重症化してから受診していると考えられます。

地域に健康づくりの輪を広げたい

がんや脳卒中、心筋梗塞などの大きな疾患に結びつく生活習慣病。過食や運動不足、喫煙、ストレスといった普段の生活習慣が原因となり、多くの場合、本人に全く自覚症状のないまま進行していきます。健診で生活習慣病と指摘されても、自覚症状がないため放っておくケースも多く、気がついたらいつの間にか重症になっていたということも…。

そのため、まずは、多くの人に生活習慣病の恐ろしさを十分認識いただき、予防、そして早期発見・治療に結びつけていくことが大切です。市では、地域づくり組織や民生委員児童委員、まちの保健室などと協働しながら、健康への関心を高めていくなど、地域で健康づくりの輪を広げ、しっかりと根付かせていきたいと考えています。



健康支援室 保健師 柴垣 維乃

名張市民の生活習慣病予防を目指して

ばりばり現役プロジェクト 始動。

がんによる死亡率が県平均より高く、その一方で、がん検診の受診率が低い名張市。そのほか、高血圧や腎不全については、重症化してから医療機関を受診する傾向にあるというデータもあります。

こうした中、市では、「生活習慣病予防重点プロジェクト～ばりばり現役プロジェクト」に基づき、平成24年度から、胃や肺などのがん検診(節目年齢)を無料化し、特定健診の自己負担金を減額。また、身近な地域での検(健)診を推進するなど、生活習慣病の予防に重点を置いた取組みを進めていきます。

☎ 健康支援室 ☎ 63-6970



目標① 特定健診受診率の向上

平成20年に始まった特定健診。医療保険者(国保、健保組合など)が実施するもので、腹囲計測などメタボリックシンドロームの早期発見・治療に役立てるのが目的です。

平成22年度における国保の被保険者(40～74歳)の名張市民の受診率は26%。これを、

平成26年度には65%にすることを目標に、自己負担金を従来の半額とします(特定健診:500円、特定健診プラス:1000円)。また、医療機関での個別健診だけでなく、地域づくり組織と協働しながら、地域単位で集団健診を実施できるように取り組んでいきます。

目標② がん検診受診率の向上

平成24年度からは、胃がん、肺がん、子宮頸がんの各検診で、節目年齢の人(40・45・50・55・60歳)を対象に自己負担金を無料化します(このほか、大腸がん、乳がんマンモグラフィの各がん検診で引き続き実施。子宮頸がんは、20・25・30・35・40歳から対象を拡大)。

また、医療機関での個別がん検診実施期間を延長するほか、これまで保健センターで実施してきた集団がん検診を、より身近な地域でも実施できるように取り組んでいくなど、各がん検診の受診率向上(平成26年度には22年度比で6～14%増)を目指します。

目標③ 慢性腎臓病・高血圧の予防

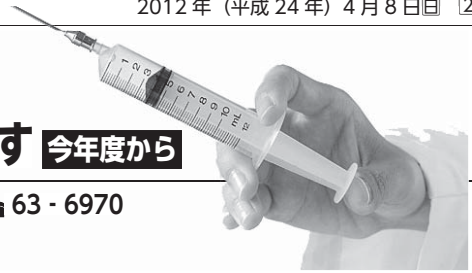
近年、市内で増加傾向にある人工透析患者。腎臓機能が大きく低下してから治療を始めた、治療中でも生活習慣病が改善されなかつたりすることが主な原因です。また、治療に必要な高血圧(Ⅱ度・Ⅲ度高血圧)の人が増えていることも、同様の原因が考えられます。そこで、腎臓機能の低下や高血圧で治療が

必要と考えられる人のお宅を、保健師が訪問し、生活習慣を聞き取りながら、早期治療の必要性を訴えるほか、治療中でも、かかりつけ医と連携を図りながら、生活習慣の改善につなげます。こうした取組みをはじめ、生活習慣病の予防について、三重大学などの研究機関とも連携して進めていきます。



75歳以上 ロタウイルスと高齢者肺炎球菌の ワクチン接種費用を一部補助します **今年度から**

☎ 健康支援室 ☎ 63-6970



ロタウイルスワクチン 予防接種(乳児対象)

ロタウイルス胃腸炎は、5歳になるまでに、
ほぼ全員が一度は経験。脳炎・脳症の原因にも。

ロタウイルス胃腸炎は、5歳になるまでに、ほぼ全員が一度は経験するといわれています。主な症状は、嘔吐や下痢、発熱などで、その持続期間は4~7日です。嘔吐や下痢による脱水やけいれんが起こることも少なくありません。また、インフルエンザ、突発性発疹に次ぐ、小児の脳炎・脳症の原因であることが報告されています。

また、嘔吐や下痢がひどいと水分補給が間に合わなくなり、入院による治療が必要になることもあります。

乳児(生後6週~24週または32週)を対象に、 合計15,000円のワクチン接種費用を補助します。

任意接種で、30,000円程度の接種費用が必要なロタウイルスワクチン予防接種に対して、1人につき合計15,000円を補助します。

このワクチンは2種類あり、「ロタリックス(1価)ワクチン」は、生後6週から24週までの乳児の2回接種となり、1回につき7,500円を補助。「ロタテック(5価)ワクチン」(5月以降発売予定)は、生後6週から32週までの乳児の3回接種となり、1回につき5,000円を補助します。医療機関で一旦、接種費用を支払った後に、市役所1階健康支援室で申請してください(持ち物…ワクチンの種類が明記された領収書、印鑑、母子健康手帳、口座番号の分かるもの)。

なお、ワクチンの接種時期や、いずれのワクチンを接種するかは、医療機関でご相談ください(接種は事前に予約してください)。

75歳以上高齢者肺炎球菌 ワクチン予防接種

高齢者がかかりやすく、重症化しやすい肺炎。
その約3割は肺炎球菌による感染が原因です。

肺炎は、日本人の死因の第4位に挙げられる疾患で、その割合は増加傾向にあります。特に、75歳以上の肺炎による死亡率は、急激な増加がみられ、90歳以上の死因の第1位となっています。

また、高齢者の肺炎では風邪やインフルエンザの後、発症することが多く、約3割は肺炎球菌による感染であることが知られています。さらに、高齢者は、免疫機能が低下したり、気道の構造が変化したりして、細菌性の肺炎にかかりやすくなります。

なお、肺炎球菌ワクチンは、こうした呼吸器感染症のほか、副鼻腔炎、髄膜炎などの予防効果もあります。また、高齢者肺炎球菌ワクチンの効果は、接種後4年間はあまり低下せず、5年以降も効果は持続します。

75歳以上の高齢者を対象に、 3,000円のワクチン接種費用を補助します。

任意接種で、7,000円から8,000円程度の接種費用が必要な高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種に対して、市が3,000円を補助します(接種費用の補助は生涯1回限り)。

なお、補助開始の時期や申請方法などは、現在調整中ですので、5月ごろに「広報なばり」でお知らせします。

子宮頸がん・ヒブ・小児用肺炎球菌ワクチン公費助成を継続します

市では、国の「子宮頸がん等ワクチン接種緊急促進事業」の実施をうけて、子宮頸がんワクチン・ヒブワクチン・小児用肺炎球菌ワクチンの各予防接種費用の全額助成を継続します。

◎いずれも実施期間は、4月1日から平成25年3月31日まで。また、昨年度までの予診票を使用できます。紛失した場合は、母子健康手帳を持って、市役所1階健康支援室へ

■ 子宮頸がんワクチン

対象 中学1年生~高校1年生相当の年齢(平成8年4月2日から平成12年4月1日生まれ)までの女性

※ 中学1年生には、4月に予診票などを個別に郵送します。

※ 高校2年生相当の年齢(平成7年4月2日生~平成8年4月1日生)の人で、平成24

年3月31日までに1回目の接種がお済みの場合は、平成24年度も2回目以降の接種が可能です。

■ ヒブ・小児用肺炎球菌ワクチン

対象 2ヵ月~5歳未満の乳幼児

※ 新たに対象となる乳幼児の保護者には、主任児童委員による「こんには赤ちゃん訪問」の際に、予診票などをお渡しします。

保健師に聞く! 健康 Every Day
エブリデー
健康支援室 ☎63-6970

テーマ45 地域での健康づくり

保健師などを講師として、 地域に派遣します

地域での健康づくり講演会や健康活動に、保健師や管理栄養士、歯科衛生士を講師として派遣します。地域の健康情報の提供や、健康づくり事業の企画・相談もお受けしています。

また、健康づくりのボランティアとし



て「健康づくり隊」の皆さんも、名張バリバリ体操や認知症予防、転倒予防体操など地域に出向いて活動しています。

保健師や「健康づくり隊」の派遣は、電話で健康支援室(63-6970)へお申し込みください。



市民親子体験農業 「さつまいもづくり」参加者募集

日時 5月19日(土) 午前9時集合

※9月上旬に除草作業、10月上旬に収穫予定

場所 美旗中村地内 対象 市内在住の子どもと保護者 定員 50組 ※申込多数の場合は抽選
参加費 1家族500円

申込 4月9日(日)から20日(金)までに(当日消印有効)、往復はがきに「市民親子体験農業参加申し込み」、住所参加者全員の氏名と年齢、電話番号を記入して農業研修センター(〒518-0751 蔵持町芝出6)へ

☎ “なばり農業” 担い手育成会 ☎ 63-7129



3年ごとの介護保険事業計画の見直しに伴い、 4月から、介護保険料の基準月額が上がります

☎ 高齢・障害支援室 ☎ 63-7599

表1 / 平成24年度～26年度 第1号被保険者(65歳以上の人)の保険料

所得段階	対象者	保険料年額(概算月額)
第1段階	世帯全員が市民税非課税で老齢福祉年金受給者、生活保護受給者	28,620円(2,385円)
第2段階	世帯全員が市民税非課税の人(合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下)	28,620円(2,385円)
第3段階	世帯全員が市民税非課税の人(第2段階に該当しない人)	41,340円(3,445円)
第4段階	世帯に市民税課税の人がいて、本人が市民税非課税の人(合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下)	59,784円(4,982円)
第5段階(基準額)	世帯に市民税課税の人がいて、本人が市民税非課税の人(第4段階に該当しない人)	63,600円(5,300円)
第6段階	市民税本人課税の人(合計所得金額が125万円未満)	76,320円(6,360円)
第7段階	市民税本人課税の人(合計所得金額が125万円以上190万円未満)	82,680円(6,890円)
第8段階	市民税本人課税の人(合計所得金額が190万円以上400万円未満)	104,940円(8,745円)
第9段階	市民税本人課税の人(合計所得金額が400万円以上600万円未満)	114,480円(9,540円)
第10段階	市民税本人課税の人(合計所得金額が600万円以上)	120,840円(10,070円)

※在宅介護を支援するための名張市独自の事業費(紙おむつ給付)が、保険料に含まれています。

介護保険料基準月額が 4202円から5300円に

介護保険制度が円滑に実施されるように、3年ごとに介護保険事業計画を見直しています。今回、今年4月から平成27年3月までの計画を策定し、この3年間の介護サービス給付などに必要と考えられる費用に基づいて、介護保険料を改定しました(表1)。

4月以降の介護保険料の基準月額は、4202円から5300円に上がりますが、これは、計画で65歳以上の人口と要介護認定者数の増加を

見込んでおり(表2)、これに伴い介護給付費の見込額が増加しているためです(表3)。また、介護従事者の処

遇改善などを踏まえて、4月から介護報酬(介護サービス提供事業所・施設に支払われる報酬)が引き上げられたことと、地域区分(介護職員の人員費の地域差を調整する手当)が見直されたことも要因となっています。

介護予防で保険料の上昇を抑えていく必要があります

高齢者の増加により介護給付費が増えていることや、介護従事者の処遇改善を図り、人材を確保する必要

があることから、保険料は上昇傾向にあります。

現在、介護保険事業計画により、介護予防のさらなる推進に取り組んでいます。介護保険サービスを使わなくても、元気に生活できる高齢者が増えていくと、介護保険料上昇の抑制にもつながっていきます。

また、介護予防のほか、認知症ケアの推進や、在宅医療の推進と医療・介護・福祉の連携、地域生活支援体制の充実についても、計画により、重点的に取り組んでいきます。

表2 / 市の高齢者人口と要介護認定者数

	年度	第1号被保険者(65歳以上)人口	要介護認定者数	認定率
現状	23	18,350人	3,098人	16.9%
	24	19,327人	3,314人	17.1%
推計	25	20,208人	3,464人	17.1%
	26	21,089人	3,613人	17.1%

※平成23年度は9月末現在

表3 / 介護事業費の見込みと介護保険料

	第1期計画期間(平成12～14年度)	第2期計画期間(平成15～17年度)	第3期計画期間(平成18～20年度)	第4期計画期間(平成21～23年度)	第5期計画期間(平成24～26年度)
	実績値	実績値	実績値	計画値	計画値
標準給付費等	69億5,364万円	96億2,646万円	109億6,689万円	139億1,298万円	177億6,149万円
保険料基準年額	33,228円(月額2,769円)	41,208円(月額3,434円)	51,024円(月額4,252円)	50,424円(月額4,202円)	63,600円(月額5,300円)

介護保険料の納付のお知らせ

65歳以上の普通徴収の人に、 納入通知書を4月中旬に送付します

65歳以上の普通徴収の人に、平成24年度の介護保険料納入通知書を4月中旬に送付します。ただし、保険料額は、平成22年中の所得が確定していないため、平成22年中の所得をもとに仮計算しています。7月中旬には、平成23年中の所得をもとに確定した介護保険料納入通知書を送付します。

※特別徴収の人には、平成23年7月、または、平成24年2月に通知していますので、今回は通知書を送付しません。

■ 介護保険料の納付方法

- 特別徴収〔年金からの天引きによる納付〕
老齢・退職・障害・遺族年金を年額18万円以上(月額1万5,000円以上)受給している人が対象です。
※平成23年4月1日以降に65歳になった人や名張市に転入した人で、特別徴収の対象となる人でも、一定期間は普通徴収になります。切り替え時に「特別徴収開始通知書」でお知らせします。
- 普通徴収〔納付書または口座振替での納付〕
老齢・退職・障害・遺族年金の年額が18万円未満の人が対象です。

■ 保険料はきちんと納めましょう

- 納期限までに納めないと、督促手数料・延滞金が加算されます。
- 滞納が続くと、介護サービスを受けるときに、いったん費用を全額自己負担していただき、後日申請により払い戻しを受ける償還払いになります。償還払いの差し止めや、本来1割の自己負担が3割になる場合もあります。

■ 保険料の減免

災害(震災、風水害、火災)などの事情で保険料の納付が困難な人は、保険料の徴収猶予や減免の措置を受けられる場合がありますので、高齢・障害支援室へご相談ください。

次号予告

ユネスコ未来遺産

「おしごと広場みえ」と「神須学園」による若者就労相談
女性対象のチャレンジ支援相談は、3月で終了しました。



5月の相談

☎は、問い合わせ先電話番号
※開催場所の連絡先とは限りません。

- 弁護士相談 [5月10日 午前10時～午後3時]
- 交通事故相談 [5月17日 午後1時～3時15分]
- 行政相談 [5月17日 午後1時～3時]
- 司法書士相談 [5月18日 午後1時～4時]
- 市民・多重債務相談 [平日 午前8時30分～午後5時15分] ※申込不要
- 人権相談 [5月8日 午後1時30分～4時] ・名張市人権センター ☎63-7909
- 介護相談 (各地区の「まちの保健室」) ▼名張 ☎63-5699 ▼蔵持 ☎63-6371
▼鴻之台・希央台 ☎63-0805 ▼すずらん台 ☎68-5700 ▼梅が丘 ☎61-3770
▼薦原 ☎63-6400 ▼つつじが丘 ☎68-7800 ▼比奈知 ☎68-1278
▼美旗 ☎65-5800 ▼錦生 ☎63-2571 ▼百合が丘 ☎64-8600 ▼赤目 ☎63-1381
▼箕曲 ☎63-1073 ▼国津 ☎69-1718 ▼桔梗が丘 ☎65-1299
- 年金相談 [5月8日 5月22日 午前10時～午後2時45分] ・アスピア(南町) ☎63-0080
- 女性弁護士法律相談 [5月11日 午前10時～正午 午後1時～3時] ※要予約
- 女性相談 [第1・3週 木・金・土曜日 午後2時～7時] ・男女共同参画センター
[第2・4週 水・木・金曜日 午後2時～7時] ☎63-5336
- 男性のための相談 [5月10日 午後7時～9時]
- メンタルヘルス相談 ※要予約 [5月17日 午前10時～正午・22日 午後1時～5時]
- 若者就労相談 ※要予約 [5月8日 午後2時～6時] ・男女共同参画センター ☎63-7824
(いかりサポートステーション) [5月22日 午後2時～6時] ・勤労者福祉会館 ☎63-7824
- 職業相談 (ハローワークプラザ名張) [平日 午前8時30分～午後5時15分] ・ふれあい ☎63-0900
- 就農相談 [平日 午前8時30分～午後5時15分] ※要予約 ・農業支援センター ☎63-7625
- 女性相談 [平日 午前8時30分～午後5時15分] ※DV相談 ・ふれあい相談室 ☎63-2517
- 家庭児童相談 [平日 午前8時30分～午後5時15分] ・ふれあい相談室 ☎63-2515
- 育児相談 [火～土曜日 午前9時30分～午後5時(日・月曜日、祝日は休館)]
・こども支援センターかがやき(桔梗が丘西3) ☎67-0250
- 子ども相談 [平日 午前8時30分～午後5時15分] ・ふれあい相談室 ☎63-3118
- 教育相談 (不登校相談) [平日 午前8時30分～午後5時] ・桜ヶ丘・旧市民会館内 ☎63-7830
- 教育よろず相談(いじめなど) [平日 午前9時～午後6時] ・名張教育会館みなくる ☎68-8802
- 青少年悩み相談 [平日 午前9時～午後5時] ・青少年輔導センター ☎63-7867
- 母子家庭相談 [平日(水曜日を除く) 午前9時～午後4時] ・子育て支援室 ☎63-7594
- 子どもの発達相談 [平日 午前8時30分～午後5時15分] ・子ども発達支援センター ☎62-1088
- 乳幼児健康相談 [5月2日 午前9時30分～11時受付] ・保健センター ☎63-6970
- 食生活・健康相談 [5月8日 午前9時～11時] ・市役所4階402会議室 ☎63-6970
- こころの健康相談 [5月17日 午後2時～4時] ・伊賀保健所 ☎24-8076
- がん・難病相談 [5月19日 午後1時～4時] ・勤労者福祉会館 ☎63-5515
- 在宅医療相談 [平日 午前9時～午後5時] ・在宅医療支援センター ☎48-7840

国津の杜の行事

木工教室 写真を飾る額縁を作りましょう。

日時 4月20日 午前9時30分～正午 講師 長谷川 重峰さん
定員 10人 参加費 1,000円(材料費込み)
申込 4月9日 国から16日 国までに、電話で問い合わせ先へ
※先着順。参加者が少ない場合は中止します。

日本最大級のクラシックカーラリー
が名張を通過! 4.23

みんなで応援しよう!
4月23日 午前10時45分から午後零時5分ごろまで、比奈知ダムを通過予定 ※堺正章さんや近藤真彦さんなどの著名人も参加予定です。



特別な配慮を必要とする避難者の受け入れ施設 新たに11カ所の福祉避難所を指定

国 危機管理室 ☎63-7271

社会福祉法人と、福祉避難所の設置運営に関する協定を締結

「災害発生時における福祉避難所の設置運営に関する協定」を、3月30日、社会福祉法人6法人(こもはら福祉会、名張厚生協会、弘仁会、グリーンセンター福祉会、東海宏和福祉会、名張育成会)と締結しました。



協定書では、福祉施設内への福祉避難所の設置・運営などに関して必要な事項を定めています。これにより、福祉避難所は、これまで指定してきた総合福祉センターふれあいを含め、全12施設となります。

また、同日、避難所などの応急補修や市民の住宅相談などの支援について定めた「災害時における応急対策業務に関する協定書」を、三重県建設労働組合名張支部と締結しました。

福祉避難所一覧

地域	名称	所在地
名張	総合福祉センターふれあい	丸之内79
薦原	複合福祉施設 はなの里	西田原2000
	特別養護老人ホーム 第3はなの里	西田原2100
百合が丘	複合福祉施設 第2はなの里	百合が丘西5-1
美旗	名張特別養護老人ホーム	新田2230-2
	名張養護老人ホーム みさと園	新田2230-1
	在宅複合型施設 グリーンピア名張	東田原2745
	名張育成園 成美	美旗中村2326
名張育成園 成峯		
	こどもライフサポートセンター はーと	
国津	特別養護老人ホーム 国津園	神屋765
赤目	特別養護老人ホーム 名張もみじ山荘	赤目町長坂250-3

福祉避難所とは、災害発生時に、避難所生活で特別な配慮を必要とする人を、受け入れて保護するための施設をいいます。日常生活上の支援や相談などに応じる介助員などを配置するほか、状況の急変などに対応できる体制の確保に努めます。

市が、避難所生活で特別な配慮を必要の人がいると判断した場合、福祉施設などに受け入れを要請し、福祉避難所に移っていただくことになります。ただし、福祉避難所へは、家族などの協力を得て、可能な限り、自身で避難していただく必要があります。

広告

ハウスクリーニング(キッチン、バス、トイレ、ガラス他)
エアコンクリーニング・床フローリングワックス掛け
ビル清掃管理サービス・家事代行サービス
害虫駆除(白アリ、ゴキブリ、ねずみ、ハチ)
庭木管理サービス・マット モップ 空気清浄器他レンタルサービス

ダスキンスプリ

TEL65-8411 名張市新田1249-4

広告

超ひかりTVで
簡単・安心のデジタルライフを!!



株式会社 アドバンスコープ 0595-64-7821