

市民一人ひとりがいきいき暮らす、健康長寿のまち・てだこを目指して！

「健康・食育うらそえ21」を策定しました

平成25年度から平成34年度までの10年計画で「健康・食育うらそえ21」を策定しました。

「健康・食育うらそえ21」とは

健康づくりや食育の推進に関する様々な取組を進めていくための計画です。本市では、これまでも健康に生活できる期間(健康寿命)を延ばすことで、豊かな人生を実現できるように、ライフステージに応じた健康増進や生活の質の向上対策などに取り組んできました。しかし、近年、生活習慣病やそれに伴う社会保障費が増加し続けており、生活習慣病予防などの健康づくりへの支援が一層求められていることから、今回の計画を策定しました。また、健康づくりと共通部分が多い食育を併せて推進し、「市民一人ひとりがいきいき暮らす、健康長寿のまち・てだこ」を目指します。

第2次健康増進計画

基本目標

- ①健康づくりの意識を高める
- ②健康づくりの知識や技術を身に付ける
- ③健康づくりを実践する

健康づくりの取組

- ①生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底
- ②ライフステージ別健康づくりの推進
(親子の健康づくり、児童・生徒の健康づくり、成人の健康づくり、高齢者の健康づくり)

食育推進計画

基本目標

- ①食育を「知る」
- ②食育の「実践」

食育の取組

- ①食への理解と知識の普及啓発
- ②ライフステージや場面に応じた食育の推進
- ③地産地消の推進と伝統的な食文化の継承
- ④食の安全の確保

「健康・食育うらそえ21」の詳細内容は、市ホームページをご覧ください。

問い合わせ 浦添市保健相談センター ☎875-2100(直通)

がん検診が無料クーポン券で受診できます！

浦添市では、国が定めた特定の年齢の方に対して、大腸がん・子宮頸がん・乳がん検診の自己負担が無料となるがん検診推進事業を実施しています。対象者へは、4月末に無料クーポン券を郵送しています。がんの早期発見・早期治療のためにがん検診を受診しましょう。

有効期限

平成25年5月1日から平成26年2月28日まで

受診方法・必要なもの

無料クーポン券に記載しています。

無料クーポン券対象者

検診項目	対象者
大腸がん	平成25年4月1日時点で40・45・50・55・60歳の方
乳がん(女性のみ)	※平成25年4月1日に41・46・51・56・61歳を迎えた方は対象外ですので、ご注意ください。
子宮頸がん(女性のみ)	平成25年4月1日の時点で20・25・30・35・40歳の方
	※平成25年4月1日に21・26・31・36・41歳を迎えた方は対象外ですので、ご注意ください。

※上記対象者は、「無料クーポン券」の対象者です。この無料クーポン券以外にも一部自己負担で検診が受けられる「がん検診等受診券」を対象者へ郵送していますので、お間違えのないようご注意ください。

転入・転出した方へ

転入した方：無料クーポン券対象者で浦添市へ転入された方は、無料クーポン券を発行します。問い合わせ先へご連絡ください。

転出した方：無料クーポン券が届いた時点で、市外へお住まいの方は問い合わせ先へご連絡ください。その際、浦添市が発行した無料クーポン券を利用した受診はできません。

問い合わせ 浦添市保健相談センター がん検診推進事業担当 ☎875-2100

国民健康保険の皆さまへ

医療機関の窓口で支払いの「減額」「免除」「徴収の猶予」について

国民健康保険では、医療機関などで保険証を提示すれば掛かった医療費の一部を支払うだけで診療を受けることができます。そのとき医療機関の窓口で支払う医療費の一部を一部負担金といい、入院・外来の保険医療給付費(医科・歯科・調剤)が対象となっています。

世帯主が災害などの特別な理由および収入要件により医療機関窓口での一部負担金を支払うことが困難と認められた場合、その世帯の国民健康保険加入者の一部負担金の免除、減額または徴収の猶予を受けることができます。

●措置の対象



震災、風水害、火災、その他これらに類する災害により、死亡し、若しくは心身に重大な障害を受け、または資産に重大な損害を受けたとき



干ばつ、冷害、凍霜害等による農作物の不作、不漁その他これらに類する理由により収入が減少したとき



事業または業務の休業、失業等により収入が著しく減少したとき



重篤な疾病または負傷により、死亡し、若しくは心身に重大な障がいを受け、または長期入院したとき

●内容と収入要件

措置	収入要件
免除	当該世帯の認定収入月額(※1)が基準最低生活費(※2)に1.1を乗じた金額以下の場合、 全額免除
減額	当該世帯の認定収入月額(※1)が基準最低生活費(※2)に1.2を乗じた額以下で、かつ、基準最低生活費(※2)に1.1を乗じた額を超える場合、 一部負担金の5割を減額
徴収の猶予	当該世帯の認定収入月額(※1)が基準最低生活費(※2)に1.3を乗じた額以下で、かつ、基準最低生活費(※2)に1.2を乗じた額を超える場合、 6月を超えない範囲の日まで猶予

※1 生活保護法による保護の実施要綱第7により認定する収入

※2 生活保護法による保護の基準の1に規定する生活扶助、教育扶助および住宅扶助の月額の合算額

●措置の期間

申請した日から連続して6月を超えない範囲です。この場合、同じ理由により再度この措置をとろうとするときは、その通算した期間が6月を超えない範囲になります。

●申請方法

次の1～5をお持ちになり、浦添市国民健康保険課の窓口で申請してください。

- 1 収入に関する証明書(給与明細や預金通帳など)
- 2 特別な理由に該当することが確認できる書類(罹災証明書や医師の意見書など)
- 3 保険証
- 4 世帯主の印鑑(認印可)
- 5 本人確認ができるもの(免許証、パスポートなど。詳しくはお問い合わせください)

問い合わせ 国民健康保険課 給付係 ☎876-1234(内線3713～3715)