

## 風しんの無料クーポン券が届いた方へ

風しんは、発熱および発しんを主な症状とし、飛沫感染により人から人へ感染し、感染力が強い病気です。妊娠中の女性が風しんに感染すると、子どもに眼や耳等の障害を含む先天性風しん症候群が生じる可能性があります。

平成30年7月以降、特に関東地方において風しんの患者数が増加しており、患者の中心は30代から50代の男性です。このうち、昭和37年4月2日から昭和54年4月1日までの間に生まれた男性は、過去に風しんに係る公的な予防接種が行われていないため、風しんの抗体保有率が低くなっています。

町では対象の男性に、昨年7月末、風しんの抗体検査および予防接種の無料クーポン券をお送りしました。**あなた自身と、これから生まれてくる世代の子どもを守るために、ぜひ無料クーポン券を使って、風しん抗体検査をお受けください。抗体検査の結果、十分な量の抗体がなかった方は無料で予防接種が受けられます。**

### クーポン券送付対象者

小川町に住民登録のある、昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

問合せ 健康福祉課 保健衛生担当 ☎ 157、158

健康増進・食育推進計画 <健康コラム⑤> **3月は自殺対策強化月間です！**

国の自殺対策は、平成18年に自殺対策基本法が制定されて以降大きく前進しました。それまで「個人の問題」とされてきた自殺が「社会の問題」として大きく認識されるようになりました。国の自殺者数は減少傾向ですが、年間2万人の方が自殺で亡くなっています。命の大切さを確認し、ともに支えあう町づくりを目指しましょう。

**若い世代がかかりやすい「こころの疾患」には次のようなものがあります**

**不安障害** 特別な理由もなく、強い不安に襲われた状態が長く続く症状の総称です。もっとも一般的なのが「パニック障害」です。

**統合失調症** 現実と非現実の境目があいまいになって、考えのまとまりが悪くなる病気です。幻聴や妄想、意欲の著しい低下など様々な症状が現れ、良好な対人関係を保つことが困難になります。

**摂食障害** 食べる量を自分でコントロールできなくなる病気です。食事を極端に減らす「拒食症」、一度に大量に食べて吐き出したり下剤を連用したりする「過食症」があります。

**うつ病** ストレスなどをきっかけに脳の機能障害が起きた状態です。憂うつな気分、意欲低下、睡眠障害、頭痛などの不調を引き起こします。

**依存症** 物事に強く依存してしまい、悪いこと、やめたいと思っても依存が止まらない病気です。アルコール、ギャンブル、買い物、ネットなど物に執着する場合と、恋愛などの人間関係に依存する場合があります。

《こころの悩みに関する相談先》

○埼玉いのちの電話 ☎ 048-645-4343 \*年中受付

○埼玉県立精神保健福祉センター

予約専用電話：☎ 048-723-6811 平日午前9時～午後5時

こころの電話：☎ 048-723-1447 平日午前9時～午後5時

○埼玉県東松山保健所：☎ 22-0280 平日午前8時30分～午後5時15分

○小川町役場 健康福祉課 保健衛生担当：☎ 157、158 平日午前8時30分～午後5時15分

## 国民健康保険の手続きは14日以内をお願いします

退職や就職に伴う健康保険の切替え手続きは、会社等と町役場の両方への届出が必要です。

国保の加入日は、会社等の健康保険の資格喪失日まで遡ります。届出が遅れると、加入月に遡って保険税を納めることとなりますので一度に多額の負担をお願いすることとなります。また、国保の脱退日も、会社等の健康保険の資格取得日まで遡ります。届出が遅れると、国保の保険証でかかった医療費を後で返還しなければならないことがあります。保険税も知らずに二重に納めてしまうこともあります。忘れずに届け出てください。



	例えばこんな時	手続 ※届出を別世帯の家族等に依頼する場合は「委任状」も必要です。
加入条件	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆会社等を退職した時</li> <li>◆健康保険の任意継続が終了した時</li> <li>◆健康保険の被扶養者でなくなった時</li> </ul>	①事業所・健康保険組合等から「健康保険資格喪失証明書（連絡票）」の交付を受ける（雇用保険の書類とは異なります）。 「協会けんぽ」だった方は年金事務所で「健康保険資格喪失確認通知書」の交付を受けてもよい。 ②役場（国民健康保険担当）で国保の加入届を行う。 <b>＜必要なもの＞</b> ○健康保険の資格喪失日、記号、番号が確認できるもの（上記①の書類） ○印鑑（認印） ○窓口に来る方の本人確認書類（運転免許証等顔写真付きで公的機関発行のもの） ○本人と世帯主の個人番号確認書類（通知カード等）
脱退する時	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆会社等に就職した時</li> <li>◆健康保険の被扶養者になった時</li> </ul>	①事業所・健康保険組合等から「健康保険被保険者証（保険証）」の交付を受ける。 ②役場（国民健康保険担当）で国保の喪失届を行う。 <b>＜必要なもの＞</b> ○会社等の保険証と国保の保険証（両方とも） ※扶養に入った方がいる場合は、ご家族の保険証も忘れずに！ ○印鑑（認印） ○窓口に来る方の本人確認書類（運転免許証等顔写真付きで公的機関発行のもの） ○本人と世帯主の個人番号確認書類（通知カード等）

問合せ 町民課 国民健康保険担当 ☎ 148、149

## 台風19号の被害に遭われた方の医療機関等での窓口負担金免除の変更について

**後期高齢者医療保険に加入の方** 2月号でお知らせした免除期間が変更になりました。免除要件・適用対象者・添付書類等について変更はありませんので、2月号をご確認ください

**変更前** 期間①：令和元年10月12日～令和2年1月31日診療分まで

期間②：令和2年2月1日～令和2年4月11日診療分まで

**変更後** 期間①：令和元年10月12日～令和2年3月31日診療分まで

期間②：令和2年4月1日～令和2年4月11日診療分まで

**国民健康保険に加入の方** 病院窓口での一部負担金の免除期間が令和2年3月31日まで延長になりました。免除を受けるには「国民健康保険一部負担金免除証明書」が必要になります。

問合せ 町民課後期高齢者医療担当・国民健康保険担当 ☎ 147～149