

申込期間
4/17(木)～30(水)

一日人間ドック・脳ドックの費用を助成

市では、生活習慣病などの早期発見のため、国民健康保険被保険者や後期高齢者医療被保険者を対象に、一日人間ドックおよび脳ドックの費用を助成します。

要件など【右表】

申込方法 各区役所保険年金課・各市民センター・連絡所で配布するパンフレットをご確認の上、申込専用はがきに52円切手を貼り、必要事項を記入して郵送してください。電子申請による申し込みも可。

パンフレット配布期間

4月17日(木)～30日(水)

申込期間 4月17日(木)～30日(水)(消印および受信有効)。多数の場合抽選。

結果の通知 6月上旬に「承認通知書」または「不承認通知書」を送付します。

問い合わせ 健康保険課
☎245-5146 ☎245-5544

区分	助成対象者	定員	自己負担額
35歳以上 75歳未満	国民健康保険被保険者で、7月1日現在、35歳以上の方 *申し込み時に保険料(延滞金を含む)を完納している世帯の方	8,200人	18,000円 (検診費用36,000円の5割)
75歳以上	4月30日現在、後期高齢者医療被保険者 (一定の障害のある65歳以上の後期高齢者医療被保険者を含む) *申し込み時に保険料(延滞金を含む)を完納している方	1,800人	
検診項目	身体計測、内科検診、胸部レントゲン、胃部レントゲンまたは胃・十二指腸内視鏡検査、エコー検査(胆のう・肝臓・脾臓)、血圧測定、心電図検査、血液検査、眼の検査、聴力検査、尿・便検査		
検診医療機関	市内指定医療機関(配布パンフレットに掲載)		
注意	40歳以上の国民健康保険被保険者の方は「特定健康診査」と「人間ドック」を、後期高齢者医療被保険者の方は「健康診査」と「人間ドック」を、必ず同日に同一医療機関で受診してください。 *特定健康診査・健康診査の「受診券」は5月中旬に発送しますが、人間ドックの「承認通知書」は6月上旬に発送します。 特定健康診査または健康診査を先に受診した場合、人間ドックの助成を受けられませんので、ご注意ください。		

区分	助成対象者	定員	自己負担額
40歳以上 75歳未満 (節目年齢)	国民健康保険被保険者で、7月1日現在、40歳以上5歳ごとの節目の年齢の方(40、45、50歳……) *申し込み時に保険料(延滞金を含む)を完納している世帯の方	600人	検診費用の5割(市の助成は10,000円を限度とします) *検診費用は、医療機関により異なります。
75歳以上 (節目年齢)	後期高齢者医療被保険者(一定の障害のある65歳・70歳の後期高齢者医療被保険者を含む)で、7月1日現在、75歳以上5歳ごとの節目の年齢の方(75、80、85歳……) *申し込み時に保険料(延滞金を含む)を完納している方	450人	
検診項目	MRI(脳の断層撮影)、MRA(脳血管撮影)、診察		
検診医療機関	市内指定医療機関(配布パンフレットに掲載)		

申請は
お早めに

障害者の各種福祉手当

市では、障害のある方に各種福祉手当を支給しています。これらの手当の支給を受けるためには、申請が必要です。該当する方で、まだ申請をされていない方は、早めに手続きをお願いします。申請方法など詳しくは、お住まいの区の保健福祉センター高齢障害支援課【下記】へお問い合わせください。

手当名	受給できる方		受給できない方
	対象者	手当額(月額)	
* 特別児童扶養手当	20歳未満で、次のいずれかに該当する方 ・身体障害1～3級、4級の1部(内部障害1～4級(心臓機能障害等)の場合は、所定の診断書により判定) ・知的障害A～おおむねBの1 ・精神障害(知的障害と同程度の方)	【1級】(重度) 49,900円 【2級】(中度) 33,230円	・施設入所者 ・本人または、扶養義務者の所得が限度額以上の方 ・障害年金受給者
* 障害児福祉手当	20歳未満で、次のいずれかに該当する方 ・身体障害1・2級の1部 ・知的障害A ・精神障害(常時要介護)	14,140円	・施設入所者 ・本人または、扶養義務者の所得が限度額以上の方 ・障害年金受給者 ・市福祉手当受給者
* 特別障害者手当	20歳以上で、重度の障害が重複し、日常生活において常時特別の介護を要する方	26,000円	・施設入所者 ・3カ月を超え入院されている方 ・本人または、扶養義務者の所得が限度額以上の方 ・市や国の福祉手当受給者
市福祉手当	次のいずれかに該当する方 ・身体障害1級(20歳未満の方は1・2級) ・身体障害2～6級(20歳未満の方は3～6級)で、おおむね6カ月以上ねたきりの方 ・知的障害A～おおむねBの1 ・精神障害1級	7,000円 * 次の要件のうち、2つ以上に該当する方は10,500円 ・身体障害1・2級 ・知的障害A～Aの2 ・精神障害1級	20歳未満の方 ・障害児福祉手当受給者 20歳以上の方 ・施設入所者 ・3カ月を超え入院されている方 ・特別障害者手当、国の福祉手当受給者

* 印の手当 ・4月分から手当額が改定となりました。
・所得による支給制限があるため、受給している方は、8月11日(月)～9月10日(水)の間に所得状況や世帯員の状況などの届出が必要です。届出方法など詳しくは、8月に郵送するお知らせをご覧ください。

問い合わせ

各保健福祉センター高齢障害支援課
中央 ☎221-2152 花見川 ☎275-6462 稲毛 ☎284-6140
若葉 ☎233-8154 緑 ☎292-8150 美浜 ☎270-3154
・障害者自立支援課 ☎245-5173 ☎245-5549

参加者募集

ゆ～酸素運動教室

市では、公衆浴場などを会場に、運動機能チェック、ストレッチ有酸素運動、入浴を行います。皆さんと一緒に健康づくりをしましょう。

会場・日程【下表】のとおり。全10回。*祝日、お盆期間は変更あり。

対象 市内在住の65歳以上(4月15日現在)で、ご自分で入浴可能な方
*要介護・要支援認定を受けている方や医師から運動制限を受けている方を除く。

定員 ①～⑤各25人、⑥～⑩各30人(多数の場合抽選)

利用料 各1,000円(運動道具代など。初回時に会場へ持参)

申込方法 4月15日(火)～25日(金)に、会場のある区の高齢障害支援課に、本人が介護保険被保険者証を持参し、お申し込みください。電話での申し込みはできません。*1人1日程。複数日程の申し込みは無効。

区	会場	日程(6月～10月)	時間
中央	①スーパー銭湯白旗(白旗2-12-10)	第2・4火曜日	11:00～13:00
	②石の湯(寒川町2-16)	第1・3木曜日	
花見川	③梅の湯(検見川町2-481)	第2・4月曜日 第1・3火曜日	12:00～14:00
稲毛	④ビバークランド(轟町1-8-5)	第1・3木曜日	"
	⑤松の湯(稲丘町9-11)	第2・4水曜日	
若葉	⑥コナミスポーツクラブ都賀(都賀3-11-1)	第2・4木曜日 第2・4金曜日	11:00～13:00
緑	⑦スポーツクラブNASおゆみ野(おゆみ野5-43-2)	第2・4水曜日	9:15～11:15
	⑧ヴェルティスポーツプラザおゆみの(おゆみ野中央4-17-2)	第2・4木曜日	9:00～11:00
美浜	⑨セントラルフィットネスクラブ稲毛海岸(高洲3-23-2)	第2・4月曜日	"
	⑩スポーツクラブNAS稲毛海岸(高洲3-8-1)	第1・3木曜日	

問い合わせ 各保健福祉センター高齢障害支援課

中央 ☎221-2150 ☎221-2602 若葉 ☎233-8558 ☎233-8251
花見川 ☎275-6425 ☎275-6317 緑 ☎292-8138 ☎292-8276
稲毛 ☎284-6141 ☎284-6193 美浜 ☎270-3505 ☎270-3281

65歳以上の方へ 生活や健康状態をチェックしましょう!

基本チェックリストをご返送ください

市では、介護予防(いきいきあんしんプログラム)に積極的に取り組んでいただくため、3年に1度、基本チェックリストを送付しています。

対象 65歳以上で介護保険の要介護・要支援を受けていない方

本年度の送付対象 生まれ年の干支が子(ねずみ)、卯(うさぎ)、午(うま)、酉(とり)の方(4月下旬から順次送付を予定しています)

*各保健福祉センターや各あんしんケアセンターなどの窓口でも配布しています(5月上旬から配布予定)。

基本チェックリストとは

現在の心身の状況などを何う25項目の質問に回答していただき、ご自分の体の状態をチェックすることで、生活習慣の改善や介護予防に取り組んでいただくものです。

送付されたリストに回答をご記入の上、添付の返信用封筒でご返送ください。回答の結果、介護を受ける状態になりやすいと思われる方には、運動、栄養、口腔などの機能の維持・改善に役立つ教室などのご案内を送付します。

問い合わせ 高齢福祉課 ☎245-5168 ☎245-5548