

適度な運動で介護予防

転倒骨折予防教室

固高齢者福祉課 ☎(50)1208

日常生活での転倒予防のため、専門家指導による教室を開催します(講話の回もあり)。

■対象 65歳以上の市民

■日時・場所・定員

5月9日から6月20日まで

の毎週火曜日

小見川会場

◇時間 10時～11時30分



◇場所 小見川社会福祉センター「さくら館」和室

◇定員 30人

佐原会場

◇時間 13時30分～15時

◇場所 香取市民体育館ア

リーナ

◇定員 70人

■参加費 無料

■服装・持ち物 運動しやす

い服装、タオル、飲み物、佐

原会場は大きめのバスタオル

またはヨガマット、室内履き

■申込 4月4日(火)8時30分

から電話で申し込み(先着

順)。原則、本人による申し

込みのみ。窓口での申し込み

は不可。

短期人間ドックの助成

受検前に申請をー

固市民課 ☎(50)1228

40歳以上の国民健康保険および後期高齢者医療の被保険者を対象に、短期人間ドック助成事業を行います。

なお、特定健診との重複受検はできません。

■対象

次のすべてに該当する人

国民健康保険加入者

◇満40歳以上で1年以上香取市国民健康保険に加入している

◇納期限が来ている国民健康保険税を完納している世帯に属している

後期高齢者医療保険加入者

◇市内に住所があり、後期高齢者医療保険に加入している

◇納期限が来ている後期高齢者医療保険料を完納している

■助成対象の検査区分

人間ドック、脳ドック

※特定健診の基本項目を満たしていること

■助成額

検査費用の7割(上限2万円)

※助成は当該年度内に1回

■申込方法

受検前に申請が必要です。

①医療機関で受検日を予約

②受検日の2週間前までに、市民課または各支所保険担当窓口申請(保険証、印鑑を持参)

■受検方法

申請後、送付される承認書を持参して、予約した医療機関で受検してください。

転倒骨折予防元気アップ教室

教室名	期間	定員	場所	広報掲載予定
小見川	8月17日～9月28日 毎週木曜日	午前 50	いぶき館	8月号
佐原		午後 70	市民体育館	
佐原	10月18日～11月29日 毎週水曜日	午前 70	市民体育館	10月号
小見川		午後 30	さくら館	
佐原	平成30年1月12日～2月23日 毎週金曜日	午前 70	市民体育館	12月号
小見川		午後 50	いぶき館	

脳活チャレンジ教室 認知症を予防するために必要な体操や食事の講義と実技

教室名	期間	定員	場所	広報掲載予定
佐原	9月15日～10月27日 毎週金曜日	20	市役所 5階会議室	9月号
小見川			さくら館	
佐原	平成30年1月11日 ～2月22日 毎週木曜日	20	市役所 3・5階会議室	12月号
小見川			さくら館	

介護予防サポーター養成教室

日時	6月21日～8月2日の毎週水曜日(全7回) 13時30分～15時30分
場所	小見川市民センター「いぶき館」
広報掲載予定	6月号

がん検診の広報掲載予定

固健康づくり課 ☎(50)1235

5月号 ◇胃がん検診(40歳以上)

◇大腸がん検診(40歳以上)

◇肺がん検診(40歳以上)

◇前立腺がん検診(50歳以上の男性)

6月号 ◇乳がん検診(エコー)(30歳以上39歳以下の女性)

◇乳がん検診(マンモグラフィー)(40歳以上の女性)

10月号 ◇子宮がん(子宮頸がん)検診(20歳以上の女性)

自分のからだとの上手なつきあい方②

健診で医療費控除の特例を!

固市民課 ☎(50)1228

スイッチOTC薬って、聞いたことがありますか。従来、医師の処方箋が必要だった医療用医薬品の中から、使用実績などにより薬局で購入できるよう転用された医薬品です。

今年の1月から5年間、軽度の身体不調はスイッチOTC医薬品に代替えることを推進するセルフメディケーション税制が創設されました。1年間に、自分や生計を共にする家族が購入したスイッチOTC医薬品の合計が、12,000円を超えた時は、その超えた額を88,000円(支払額10万円)を限度として、その年中の総所得額から控除することができる、医療費控除の特例です。従来の医療費控除と同時に受けられません。控除を受けるには、特定健診、定期健康診断、がん検診、予防接種などを受けていることが条件です。

まずは、疾病の予防・早期発見のため、健診や予防接種を受けましょう。そして、風邪薬、胃薬、肩こり・腰痛・関節痛の貼付薬などの対象品を購入した場合は、領収証を保管して、申告に備えてください。

定期予防接種対象者は

65・70・75・80・85・90・95・100歳

予防接種を受けることで、肺炎球菌による肺炎を予防できるほか、感染した場合の症状の重篤化を防ぐとされています。65歳以上の対象者には、4月上旬に個別通知します。

■対象

市内に住所があり、過去に肺炎球菌ワクチンを接種したことがなく、次のいずれかに該当する人

◇今年度中に65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳の誕生日を迎える人

◇60歳以上65歳未満で、心臓、

肺炎球菌

予防接種費用の一部を助成

固健康づくり課 ☎(50)1235

■接種方法

接種を希望する人は、指定医療機関に予約の上、接種を受けてください。

■助成額 2000円

※生活保護世帯の人には、接種費用を全額助成