

# 福祉・健康情報

高齢者・障害がある方を対象としたお知らせや健康に関する情報です

夜間・休日の当番医は 北海道救急医療情報案内センター

一般電話からはフリーダイヤル ☎ 0120・20・8699 携帯電話からは ☎ 011・221・8699

夜間急病センターの場所・診療時間  
市立旭川病院 2階（金星町1 画25・0297）  
午後10時～午前7時30分

旭川市医師会



●介護119番（高齢者総合相談）…………… ☎25・9119

## 「こころの体温計」を活用ください

最近、心や体に疲れを感じていませんか？市では、ストレス度や落ち込み度が簡単に分かるメンタルチェックシステム「こころの体温計」を導入しました。携帯電話やパソコンを使って、自分や家族の健康状態をチェックすることができます。

なお、結果にかかわらず、心配なことが続くときは、早めにご相談ください。



利用方法 「旭川市 こころの体温計」で

検索。携帯電話は右の2次元コードから

※利用料は無料ですが、通信料は自己負担となります。

判定結果は心の状態をチェックするもので、医学的診断ではありません。

☎健康推進課

☎25・6364

旭川市 こころの体温計

検索



## 家族介護用品（紙おむつ等）購入助成券を交付

☑寝たきり・認知症等で、紙おむつなどの介護用品を常時必要とする65歳以上の在宅高齢者を介護し、住民登録上その高齢者と同一世帯である同居家族

助成額 月額4,500円

☑介護保険の要介護度などの要件あり。昨年度交付を受けた方も、更新の手続きが必要

☎長寿社会課☎25・5273

## 福祉・保険

### 無料低額診療利用者に調剤処方費用を助成

市内に居住する無料低額診療利用者に、薬局での調剤処方費用の全部、または一部を助成します。助成期間は、病院で実施している無料低額診療事業の適用期間内です。

☑無料低額診療実施医療機関 道北勤医協一条通病院（東光1の1）、道北勤医協一条クリニック（東光1の1）

☑生活支援課☎25・9175

## 介護保険料について

介護保険は、加入者が負担する保険料と公費を財源に運営しています。保険料や納付方法は下の表のとおりです。

	第1号被保険者	第2号被保険者
該当者	65歳以上	医療保険に加入している40～64歳
保険料	市民税の課税状況（本人と世帯員）と前年の所得などに応じて算出	加入している医療保険ごとの算定方法に基づいて算出。国保加入者は、前年の所得に応じた所得割額と、人数に応じた均等割額、世帯に対する平等割額を合算して算出
納付方法	本人が市に特別徴収（年金からの引き去り）または普通徴収（納付書または口座振替）で納付	医療保険の加入者本人が医療保険料と一緒に納付（被扶養者分を含む）
その他	第2号被保険者は、65歳になった月から第1号被保険者としての保険料と納付方法に切り替え（1日生まれの方は前月分から切り替え）	
詳細	介護保険課☎25・5356	国保加入者は国民健康保険課☎25・6247、その他の医療保険加入者は、加入している健康保険の保険者



福祉・保険

国民健康保険料の納入通知書

今年度の保険料納入通知書は6月中旬に送付します。  
 郵送で国民健康保険の加入・離脱の手続きを希望する場合は、国民健康保険課まで連絡を  
 国民健康保険課 25・6247

安心カードを配布します

緊急時に備え、かかりつけ医療機関名や緊急連絡先などを記入し、冷蔵庫のドアに貼り付けておくカードです。  
 高齢、障害、持病などの理由で配布を希望する方  
**配布場所** 市庁舎の他、長寿社会課（総合庁舎2階）、各支所・出張所、東部まちづくりセンター（豊岡3の3）、各地域包括支援センター・いきいきセンター・老人福祉センター、近文市民ふれあいセンター（近文町15）  
 長寿社会課 25・6457



国民健康保険・後期高齢者医療制度に関する傷病手当金の期間が変更

国民健康保険・後期高齢者医療制度の加入者のうち、給与等の支払いを受けている被用者で、次のいずれにも該当する場合は、傷病手当金が支給されます。  
 ①今年5/7までの間に、新型コロナウイルス感染症に感染、または発熱等の症状があるため感染が疑われ、就労することができなくなった ②給与等（休業手当を含む）の支払いを受けられないか、一部減額されて支払われている ③①の理由により3日連続して仕事を休み、同じ理由により引き続き4日目以降も仕事を休んだ日がある  
**支給対象期間** 連続して休み始めて4日目から、欠勤している期間（給料が支払われていない等の期間）  
**支給額** 1日当たりの支給額「（直近の連続した3か月間の給与収入の合計額÷勤労日数）×3分の2」×支給対象日数（支給申請を受ける権利は、労務に服することができない日ごとに、その翌日から2年間）  
 国民健康保険課 25・6247、後期高齢者医療制度は 25・8536

令和5年度 特定健診・後期高齢者医療健診・がん検診のお知らせ							
健診を受けることで、体の変化や異常を早期に見つけることができます。通院中の方も健診を受けることができますので、かかりつけ医にご相談ください。							
	国民健康保険（国保） 特定健診	後期高齢者医療健診	がん検診				
			胃	肺	大腸	乳	子宮頸がん
<b>対象</b>	35～74歳の国保加入者	75歳以上の後期高齢者医療加入者	40歳以上の方		40歳以上の偶数年齢の女性※1	20歳以上の偶数年齢の女性※1	
<b>自己負担</b>	500円  前年度 市民税非課税世帯の方 ＝無料	無料	旭川市国保加入者				
			300円	200円 + 喀痰検査 200円	300円	300円	300円 ヒトパペローマウイルス +HPV検査※2 300円
			旭川市国保以外の医療保険加入者				
	500円		200円 + 喀痰検査 300円	600円	40歳代＝900円 50歳以上 ＝700円	700円 +HPV検査※2 500円	
	市民税非課税世帯の方＝無料（手続きが必要） 70歳以上の方、生活保護世帯の方＝無料（手続き不要）						
<b>受診場所</b>	各医療機関（市内約110か所）		各医療機関、地区巡回検診車 （検診の種類によって、受診できる医療機関が異なります）				
<b>受診券</b>	あり（桃色）	あり（白色A4判）	なし				
<b>実施期間</b>	来年3/31日まで						
<b>問い合わせ先</b>	国民健康保険課 25・9841	国民健康保険課 25・8536	健康推進課 25・6315				
健診（検診）の日程等は変更になる場合があります。医療機関で実施する個別健診については、直接、各医療機関にお問い合わせください。詳細は、市庁舎等でお知らせします。 ※1＝今年4/1時点。 ※2＝HPV検査は20～40歳代の希望者のみ。							

健康

結核健診を受けましょう

初期症状は、風邪の症状に似ています。病状の悪化と感染拡大を防ぐため、次のことに注意しましょう。  
 ●2週間以上咳が続いたら、医療機関を受診する  
 ●1年に1回は胸部エックス線検査を受ける  
 ●規則正しい生活をして抵抗力を高める  
**健診車による巡回健診**  
 8/10(木)まで  
 市内に住んでいる65歳以上の方（来年3/31までに65歳になる方を含む）  
 日程や会場などは、市庁舎や町内会から配布される「結核健診のお知らせ」などで確認を  
 健康推進課 25・9848



ダニ媒介感染症にご注意を

マダニは森林や草地などに生息し、活動が盛んになる春から秋にかけて咬まれる危険性が高くなります。ウイルスや細菌を持つマダニに咬まれると、感染症を発症することがあります。次のことに注意しましょう。  
 ●草地などに入るときは長袖・長ズボン・帽子・手袋を着用し、肌の露出を少なくする  
 ●屋外活動後は、マダニに咬まれていないか十分確認する  
 ●マダニを寄せ付けられない効果のある虫よけを、補助的に使用する  
 ※咬まれたときは無理に取らず、皮ふ科や外科に相談しましょう。受診時には、いつ、どこで咬まれたかを医師に伝えてください。また、咬まれてから数週間程度は体調の変化に注意し、発熱等があった場合はすぐに受診してください。  
 健康推進課 25・9848

高齢者向け教室の生徒募集

民謡舞踊・フォークダンス・社交ダンス・健康体操・生け花などの各種教室の生徒を募集中です。詳細は各施設へお問い合わせください。  
 60歳以上  
**所申** 北部老人福祉センター（春光2の7 25・5125）、東部老人福祉センター（東旭川南1の6 25・2287）、いきいきセンター新旭川（新富1の2 25・2287）、いきいきセンター永山（永山3の19 25・6060）、いきいきセンター神楽（神楽4の8 25・0520）

「旭川のいのちの電話」相談員養成公開講座（第一課程）の受講者を募集

6/10・17・24、7/1の土曜日（時間は日により異なります）  
 所 ときわ市民ホール（5の4） 定50人  
 料 1講座600円 他 電話相談員になるには、第二課程の受講が必要  
 申 平日9:00～16:30に旭川のいのちの電話（〒070-0035 5の10 25・2143、24・8927）  
 ※郵送やファックスの場合は、郵便番号・住所・氏名・年齢・性別・電話番号を明記。

胃・肺・大腸がん巡回検診

実施日	受付時間	会場
6/2(金)	9:00～10:00	西近文会館（近文町25）
6/5(月)	9:00～10:00	北星公民館（北門町8）
6/6(火)	9:00～10:00	市民生活館（緑町15）
6/8(木)	9:00～10:00	はるかぜ児童会館（錦町20）
6/14(水)	9:00～10:00	末広地区センター
26月★	9:00～11:00	（末広2の4）
6/15(木)★	9:00～11:00	北星地区センター （旭町2の8）
6/25(日)★	9:00～11:00	第二庁舎
6/29(木)	9:00～10:00	大黒湯（3の17）
6/30(金)	9:00～10:00	旭川点字図書館（7の14）

★印の日は国保特定健診・後期高齢者医療健診も受診可。事前に申込みが必要  
 他 申込み不要。持ち物や検診料等は問い合わせを。大腸がん検診は、当日会場で受け付け。後日、便を提出  
 ※旭川がん検診センター（末広東2の6 25・7111）でも受診可。希望者は同センターに申込みを。  
 健康推進課 25・6315

心の健康に関する催し

他 ②③事前に保健師の個別相談あり ①健康推進課 25・6364 申 ②③健康推進課 25・6364

①断酒会員による酒害相談（予約不要）

6/1(木)13:00～14:30 所 第二庁舎2階  
 対 アルコール依存や飲酒に関してお困りの方とその家族

②旭川自死遺族わかちあいの会（予約制）

6/9(金)13:30～15:00 所 第二庁舎3階  
 対 自死遺族の方

③精神科医師による心の健康に関する相談（予約制）

6/21(水) 所 第二庁舎2階  
 対 精神科・心療内科への通院歴がない方とその家族