

後期高齢者医療制度のお知らせ

～ 医療費通知について ～

医療費通知を全受診者へ送付しています

広域連合では被保険者の皆さんの医療費総額などについてお知らせする「医療費通知」を年2回、対象期間に医療機関などを受診した全ての被保険者の皆さんへ送付します。

これは、医療機関の窓口で支払いをした自己負担分を除いた医療費が、後期高齢者医療制度から支払われていることを具体的に理解していただくとともに、健康管理の重要性を意識していただくことで、医療費の適正化と被保険者の皆さんの負担軽減を図ることを目的としています。

医療費通知の活用例

- 医療費の推移が一目で把握でき、ご自身の健康状況の把握や健康管理に活用できます。
- 健康診査など皆さんの健康増進に役立つ情報をお知らせします。
- 診療日数などに間違いがないか確認しましょう。

【イメージ図】

受診月日	診療を受けた医療機関等	診療区分	日数	医療費の総額	自己負担額	食事療法・生活費	
						回数	費用額
令和2年1月	○×薬局	医科外来	1	18,000	1,800		
令和2年2月	××薬局	調剤	1	10,000	1,000		
令和2年3月	△△薬局	医科入院	5	202,000	20,200	15	11,490
合計				230,000	23,000		11,490

医療費控除の申告について

- このお知らせは、医療費控除の申告手続で医療費の明細書として使用することができます。
- 医療費控除の申告に関することは、税務署にお問い合わせください。

注意事項

- 医療機関などの請求遅れや請求内容を審査中のものなど一部の受診記録が記載されていない場合があります。
- 自己負担額は、医療費助成などを受けている場合など、記載されている金額と実際にご自身が負担された金額が異なる場合があります。
- このお知らせは、皆さんの受診状況についてお知らせするものであり、請求書ではありません。また、特に手続きなど行っていただく必要はありません。

発送月・対象診療月

発送月	診療月
令和3年1月(上旬)	令和2年1月～9月
令和3年2月(下旬)	令和2年10月～12月

※昨年度までと1回目の発送時期が変わります。

問い合わせ先／北海道後期高齢者医療広域連合 ☎ 011-290-5601
役場健康こども課保険年金係 ☎ 482-2935(課直通)

11月は虐待防止推進月間です

町では、児童虐待の予防や早期発見、適切な保護および自立支援を図るため、弟子屈町要保護児童対策地域協議会を設置しています。「児童虐待の防止等に関する法律」では「何人も、児童に対し、虐待をしてはならない(児童虐待禁止)」と定められています。虐待を受けたと思われる児童を発見した方は、役場健康こども課こども支援係(要保護児童対策地域協議会対策調整機関)や児童相談所などの関係機関に通告することが義務付けられています。なお、通告者のプライバシーは法律で保護されています。

□連絡・相談先／役場健康こども課こども支援係(要保護児童対策地域協議会対策調整機関)
☎ 482-2935(課直通) または 釧路児童相談所 ☎ 0154-93717まで。

たかが、夫婦げんかと思いませんか？ 家庭内での配偶者間暴力(DV)は子どもへの「心理的虐待」にあたります！

児童虐待とは

- ・身体的虐待／殴る、蹴る、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせるなど。
- ・性的虐待／子どもへの性的虐待、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にするなど。
- ・ネグレクト(育児放棄)／家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置するなど。
- ・心理的虐待／言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で暴力を振るう、夫婦げんかなど。

「地域支えあい推進会議」便利 すすえあい 生活のススメ 15

すっかり日が短くなりました。11月と言えば飯寿司の準備にそわそわし始める頃、皆さんはいかがお過ごしでしょうか？
今月、町内の体操サークルへ参加している方へお便りを発行しました。

今、皆さんが楽しんでいること、ハマっている趣味など、生の声を気軽にお寄せいただければ幸いです。皆さんからの返事が今から楽しみです。

さて、11月には町公民館ロビーにて二つの企画展を実施します。一つは町内にお住まいの80代の女性が長い年月をかけてコッコツと描きたためた色鉛筆画と詩。もう一つは美留和地区にお住まいの皆さんによる手芸展です。

趣味はもちろんご自分のためになるものですが、これらの作品には不思議と人に元気を与える力があるように思います。ぜひ足を運びながらご覧ください。また、町公民館ロビーに小さな作品展示コーナーを企画中です。展示の際はお手伝いしますので、ぜひチャレンジしてみてください。

地域支えあい推進員 藤原直美
(生活支援コーディネーター)
□問い合わせ先／役場福祉課地域包括支援係 ☎ 482-2921(課直通)まで。

平成27年からスタートした「元気でしさが21(第二次)」計画が策定から5年経過したため、中間評価を行いました。

結果、目標29項目のうち、5項目が目標を達成、5項目で改善傾向が見られましたが、10項目が概ね変わらず、9項目で悪化となりました。今後は、現状の健康課題を改めて確認し、目標達成を目指します。今回は、計画の中でも重点課題の3項目に絞ってお知らせします。

重点課題

- ① 朝ごはんを欠食する子どもが多い
子どもたちの数値は目標に届かなかったものの、計画策定時からは大幅に改善されています。朝食は毎日の元気の源です。子どもの頃から朝食を欠食していると、大人になっても朝食を抜いてしまいがちです。成人が毎朝きちんと朝食を食べると、昼食時の血糖値上昇が穏やかになります。欠食割合が一番高かった高校生を中心に、子どもから大人まで正しい食生活や栄養知識の普及啓発を行うなど、今後も対策を継続します。
- ② 高血糖の人が多い
薬を「内服していない」方の健診基準値を超えるが治療までは至らないHbA1c 5.6～6.4%の割合の方が最も多く、内服治療者では、約半数の方が7%を超えています。

食事・運動など、生活習慣を改善しなければ高血糖は悪化します。「薬を飲むほどではないから大丈夫」を「薬を飲むほどではないけど今の内に生活改善しよう」という意識転換や、検査値が高めのうちから改善に向け働きかけるため、生活習慣病リスクと疾患の関連性について知識の普及啓発や保健指導を行います。

③ 男性自殺者が多い

平成29年度を除き、計画策定時から毎年自殺者がいる状況です。特に、働き盛りの世代の男性の自殺率が高く心のケアが重要になっています。新型コロナウイルス感染症関連の自殺が全国的にも増加傾向にあるため「いのちを支える弟子屈町自殺対策計画」を基に、ゲートキーパー養成講座を継続的に実施するなど、自殺者ゼロを目標に各対策に取り組みます。

むし歯のなかつたお子さん



さくた ゆうき 作田 悠碧 くん



なかしま りと 中島 凜斗 くん

重点課題3項目の主な指標	区分	計画策定時		中間評価		新たな目標値 R6年度
		H25年度	目標値 R6年度	R1年度	評価	
① 朝食の欠食割合	小学生	17.0%	10%以下	12.1%	改善傾向	継続
	中学生	22.0%	10%以下	13.1%		
	高校生	25.0%	15%以下	22.8%		
	成人男	25.8%	15%以下	9.0%		
	成人女	17.2%	10%以下	5.8%		
② HbA1c高値の割合(町健診結果)	5.6～6.4%	69.0%	維持減少	74.1%	悪化	減少
	6.5%以上	9.5%	減少	16.2%		継続
③ 自殺者数	人口10万対(人数)	36.4(3人)	減少	42.7(3人)	現状維持	0.0(0人)

○毎週月曜日(10時～16時)に役場健康こども課では、健康相談を実施しています。ぜひご相談ください。