



詳しくはこちら

今日からはじめる、わたしの健康習慣
きくよう健康倶楽部に参加してみませんか？

☎ 健康増進係

きくよう健康倶楽部とは

日々の健康づくりを楽しくサポートする事業です。毎日のウォーキングや健診受診などでポイントが貯まり、貯まったポイントは商品券などに交換できます。

対象者

町内在住または在勤の20歳以上の人

申込場所

- ①クラブきくよう事務局(町民体育館内)
- ②光の森町民センター内施設予約カウンター
- ③総合交流ターミナルさんふれあ館内

費用

新規参加・更新料 無料

●その他

活動量計を利用する人	購入費用 4,300円(税込)
スマホアプリを利用する人	無料

ポイントについて

●ウォーキングポイント

1日5千歩達成すると10ポイントがもらえます。以降千歩増えるごとに1ポイントずつ加算され、1日最大15ポイント(1万歩以上)まで貯まります。

●その他のポイント取得方法

町が設置した体組成計での計測：5ポイント
健診の受診：200ポイント など
その他にもさまざまなポイントがあります。

交換商品

- ・さんふれあ500円利用券(500ポイントで交換)
- ・ゆめタウン500円商品券(500ポイントで交換)
- ・クオカード3千円(3千ポイントで交換)

健康づくりは、日々の積み重ねが大切です。
楽しく歩いてポイントを貯めながら、健康的な毎日を送りましょう！

詳しくはこちら



HPV(子宮頸がん予防)ワクチンの接種はお済みですか

☎ 健康増進係

子宮頸がんの現状

子宮頸がんは、HPV(ヒトパピローマウイルス)の感染が原因と考えられています。HPVは、女性の多くが、「一生に一度は感染する」といわれるウイルスです。感染しても、ほとんどの人はウイルスが自然に消えますが、一部の人でがんになってしまふことがあります。

日本では、毎年約1万千人の女性が子宮頸がんになり、毎年約3千人が亡くなっています。患者は20歳代から増え始め、30歳までにがんの治療で子宮を失う(妊娠できなくなる)人も1年間に約900人います。

HPVワクチンの効果

HPVの中には子宮頸がんをおこしやすい種類(型)のものがあふります。

現在、公費(無料)で受けられるワクチンは9価ワクチン(シルガード9)です。子宮頸がんをおこしやすいHPV16型と18型に加え、他の5種類のHPVの感染も防ぎます。このワクチンを接種することで、子宮頸がんの原因の約80~90%を防ぐことができます。

接種対象者

小学6年生~高校1年生相当

(平成22年4月2日~27年4月1日生まれ)の女子
※高校1年生相当の女子は、接種できる期間が令和9年3月末までです。

接種スケジュール



- ※1 1回目と2回目の接種は、少なくとも5カ月以上空けます。
- ※2・3 2回目と3回目の接種がそれぞれ1回目の2カ月後と6カ月後にできない場合、2回目は1回目から1カ月以上、3回目は2回目から3カ月以上空けます。

接種費用

無料

持参するもの

母子健康手帳

※指定医療機関には予診票が置いてあります。指定医療機関以外での接種を希望する人は、接種前に手続きが必要です。



詳しくはこちら

「まだ若いから大丈夫」ではありません！
20歳代からの子宮頸がん検診

☎ 健康増進係

子宮頸がんは20歳代から増え始め、30~40歳代に最も発症の多いがんです。進行すると子宮摘出手術が必要となる場合もありますが、早期のうちに治療すれば、子宮を摘出せずに治療できます。

20歳代の女性には5月末に子宮頸がん検診受診票を送付しています。令和9年2月末まで、指定医

療機関で受けることができます。また、今年度21歳の人には無料で検診を受けることができます。30歳代の女性には、乳がん検診・子宮頸がん検診、骨粗しょう健診のご案内を7月下旬に送付しています。申込期限が短いので、早めに確認して申し込んでください。ぜひこの機会に検診を受けましょう。

「食の安心」を支える菊陽町食品衛生協会

☎ 菊陽町商工会内 食品衛生協会事務局 ☎096(232)2757

食品衛生協会は、町内の食品関係事業者へ講習会の開催や、8月の夏祭り・11月の一斉巡回指導など、年間を通じた施設への指導を行っています。万が一の食品事故に備えた「食品共済保険」の取り扱いや、町内小学校での手洗い講習会なども実施しています。

8月は食品衛生月間です。「食の安全」を守るため、厚生労働省や県と連携しながら食中毒予防などの事

業に取り組んでいます。また、2カ月に1度理事会で近況報告や課題解決に向けた話し合いを進めています。

食品衛生協会では、町内食品関係事業者の新規会員を随時募集しています。詳細は、商工会へお問合せください。

障害基礎年金をご存じですか？

☎ 国保・年金係

熊本西年金事務所 ☎096(353)0142

障害基礎年金は、病気やけがなどで生活や仕事などが制限されるようになったときに受給できる年金です。年金請求手続きをすると、年金保険料の納付状況や障がい程度の程度などを日本年金機構が審査し、受給が決定されます。

対象者

- ①障がいの原因となった傷病の初診日が20歳以前であるか、または国民年金被保険者期間中である人
- ※障がいの原因となった傷病の初診日が厚生年金や共済年金に加入中の場合は、年金事務所や共済組合での手続きになります。
- ②日本国内に住所を有し、障がいの原因となった傷病の初診日が、被保険者の資格を喪失した後の60歳以上65歳未満の人で、年金の繰上請求をしていない人

受給要件

- ①障害認定日の障がいの程度が、国民年金法に定める「1級」または「2級」に該当すること
- ②初診日が属する月の前々月までに保険料を納めた期間と免除・納付猶予の期間を合算した期間が、加入期間の3分の2以上あること、または初診日の属する月の前々月までの1年間に未納がないこと

※障害認定日とは、原則、障がいの原因となった傷病の初診日から1年6カ月を経過した日または1年6カ月が経過する前に症状が固定した日

令和8年度障害基礎年金年額

2級		1級	
昭和31年4月1日以前生まれ	844,900円	昭和31年4月1日以前生まれ	1,056,125円
昭和31年4月2日以後生まれ	847,300円	昭和31年4月2日以後生まれ	1,059,125円

※18歳到達年度の末日までの子や、一定以上の障がいがある20歳未満の子の生計を維持している場合は、届け出により一定額が加算されます。

※障害者手帳と障害基礎年金は、障がいの認定基準が異なります。障害者手帳をお持ちでも障害基礎年金を受給できないことがあります。

今年度からこれまでの乳幼児健診に加えて新たに5歳児健診を開始します。

5歳頃になると、言葉や運動の発達に加えて、自ら考え行動し、友達と協力する姿が見られるなど社会性も芽生えます。一方で、成長に伴い、子育てに対する保護者の悩みが多様化する時期でもあります。

5歳児健診は、子どもの発育・発達を確認するだけでなく、保護者の悩みや不安を解消することができます。この機会に、ぜひ医師や保健師などの専門職にご相談ください。就学に向けて基本的な生活習慣を見直し、これからの成長を支える土台作りをしていきましょう。

対象者

今年度に5歳の誕生日を迎える子ども(年中児)

実施方法

二段階方式で実施します。



①アンケート(一次健診)

ご家庭での日頃の様子について、アンケートにご回答いただきます。

②集団健診(二次健診)

アンケートの結果を参考に、希望者や支援が必要な人に、集団健診をご案内します。

※未就園の人は、アンケートの結果に関わらず集団健診をご案内します。

健診までの流れ

①アンケート送付 年中児全員を対象にアンケートを送付します。

②回答記入 保護者が記入し、返信用封筒で返送。

③確認・調整 内容を確認し、必要に応じて集団健診を案内します。

④集団健診

※集団健診の案内がない人でも、個別に相談することができます。お問い合わせ先までご連絡ください。

8月から高額療養費の限度額が変わります

高額療養費制度とは

ひと月に支払った医療費が高額になった場合に、上限額を超えて支払った額を払い戻す制度です。上限額は、個人や世帯の所得に応じて決まっています。

国民健康保険の人

マイナ保険証をご利用の場合、限度額適用認定証は不要です。

マイナ保険証をお持ちでない人で認定証が必要な場合は、身分証をお持ちの上、申請してください。

後期高齢者医療保険の人

7月中に新しい資格確認書が送られてきた人で、資格確認書に負担区分(自己負担限度額をあらわす

もの)の併記を希望する人は申請が必要です。

申請に必要なもの

後期高齢者医療資格確認書

(代理人申請の場合は委任状・本人確認書類)

申請場所

健康・保険課または西部支所

※現在、負担区分が記載された資格確認書をお持ちで引き続き対象となる人へは、7月中に新しい確認書を送付しています。

※後期高齢者医療の方：口座登録済なら高額療養費は自動振込となります。

国保 70歳未満	国保 70歳以上	後期高齢者	自己負担限度額(月額)		年間上限
			①外来(個人ごと)	②外来+入院(世帯単位)	
区分ア	現役並みⅢ	現役並み所得者Ⅲ (負担割合3割)	270,300円+(総医療費-901,000円)×1% (過去12カ月で4回目以降は、140,100円)		1,680,000円
区分イ	現役並みⅡ	現役並み所得者Ⅱ (負担割合3割)	179,100円+(総医療費-597,000円)×1% (過去12カ月で4回目以降は、93,000円)		1,110,000円
区分ウ	現役並みⅠ	現役並み所得者Ⅰ (負担割合3割)	85,800円+(総医療費-286,000円)×1% (過去12カ月で4回目以降は、44,400円)		
区分エ	一般Ⅰ・Ⅱ	一般Ⅱ(負担割合2割)	22,000円(70歳以上)	61,500円(過去12カ月で4回目以降は、44,400円)	530,000円
		一般Ⅰ(負担割合1割)	【外来年間上限216,000円】		
区分オ	住民税 非課税世帯Ⅱ	低所得者 住民税非課税 (負担割合1割)	11,000円(70歳以上)	36,900円(過去12カ月で4回目以降は、24,600円)	290,000円
			【外来年間上限96,000円】	25,700円(過去12カ月で4回目以降は、24,600円)	
	住民税 非課税世帯Ⅰ		8,000円(70歳以上)	15,700円	180,000円