



## 退職や就職をした人へ 保険証の切り替え手続きはお済みですか

☎「保険証」健康・保険課 国民健康保険係 ☎(232)49112  
☎「保険税」税務課 住民税係 ☎(232)49111

退職して会社の健康保険を辞めたときや、就職して新たに会社の健康保険に加入したときは、ご自身で保険証の切り替え手続きをしてください。

### 退職し、 すぐに再就職をしない場合

① 社会保険などの任意継続をする  
保険者が定めた申請期限内に、加入していた健康保険へ申請をしてください。

※健康保険の加入期間が退職した日まで継続して一年以上あれば、継続できる場合があります。詳しくは加入している保険者にお問い合わせください。

② 国民健康保険(国保)へ加入する  
退職日から14日以内に健康・保険課または西部支所で届け出をしてください。

■ 必要書類  
・ 退職した会社などからの「健康保険等資格喪失証明書」  
・ 印鑑  
・ マイナンバーが分かるもの(保険の切り替えをする方と世帯主分)  
・ 窓口に来る人の身分証明書

■ 注意事項  
国保の加入日は、前の社会保険などの資格を喪失した日です。国民健康保険税も資格の喪失日にさかのぼって課税されます。早めに入入手続きをしてください。

### 会社の健康保険証が 交付された場合

① 国民健康保険(国保)を離脱する  
健康・保険課または西部支所で届け出をしてください。

■ 必要書類  
・ 国民健康保険証(離脱する人の分)  
・ 新しく交付を受けた「健康保険証」  
・ 印鑑  
・ マイナンバーが分かるもの(保険の切り替えをする人と世帯主分)  
・ 窓口に来る人の身分証明書  
■ 注意事項  
国保を離脱するときは、必ず手続きが必要です。手続きが遅れると課税されたままになり、二重払いの恐れがあります。早めに入入手続きをしてください。



## 人間ドック健診の補助と はり・きゅう券の交付

☎ 健康・保険課 国民健康保険係 ☎(232)49112

国民健康保険証や後期高齢者医療保険証を持っている人に人間ドック健診の補助とはり・きゅう券の交付をしています。この機会に体の健康状態を確認しませんか。ぜひご利用ください。

### 人間ドック健診

■ 対象者 次の全てに当てはまる人  
・ 国民健康保険または後期高齢者医療の被保険者  
・ 保険税(料)の未納がない人  
■ 受診機関  
・ 日本赤十字社熊本健康管理センター  
・ 済生会熊本病院予防医療センター  
・ 熊本県総合保健センター  
■ 健診コース  
標準コース、消化器コースなど22コース  
※コースによって個人負担金が異なります。

■ 補助額 一律2万5千円  
■ 申込方法 健康・保険課と西部支所に備え付けの申込書に記入して町を通して提出してください。  
■ 申込期限 5月31日(火)  
※コースごとの定員になり次第受け付けを終了します。早めに申し込んでください。

### はり・きゅう券

■ 対象者 次の全てに当てはまる人  
・ 国民健康保険または後期高齢者医療の被保険者で、はり・きゅう療養費の支給を受けていない人  
・ 保険税(料)の未納がない人  
■ 利用できる施術所  
・ 渡部はり・マッサージ ☎(232)4883  
・ 緒方鍼灸あんま治療院 ☎(232)2166  
・ 川端鍼灸マッサージ治療院 ☎(234)7057

■ 交付枚数  
・ 国民健康保険被保険者 一世帯 年間60枚まで  
・ 後期高齢者医療被保険者 一人 年間30枚まで  
■ 補助額 1回の施術につき千円  
■ 申込方法 健康・保険課か西部支所に印鑑・保険証・身分証明書を持参して申し込んでください。

## 病気のサインに気付こう

### 禁煙は歯周病治療の第一歩

喫煙は歯周病の二大危険因子といわれています。禁煙は全身の健康を守ることにつながります。5月31日は「世界禁煙デー」。禁煙にチャレンジしてみませんか。



### 歯周病が悪化しやすく、治りにくい

たばこの煙には、ニコチンやタール、一酸化炭素など数百種類の有害物質が含まれています。がんや心臓病、脳卒中、高血圧になりやすくなる他、口の中にも悪影響を及ぼします。日本歯周病学会によると、喫煙者は非喫煙者より2~8倍も歯周病にかかりやすいといえます。

|  |   |  |
|--|---|--|
| <p><b>WANTED!</b></p> <p>ニコチン</p> <p>特徴<br/>末梢血管を収縮させ、心拍数を増やし、血圧を上昇させる。強い依存性がある。</p> | <p><b>WANTED!</b></p> <p>タール</p> <p>特徴<br/>多くの発がん物質を含む。</p> | <p><b>WANTED!</b></p> <p>一酸化炭素</p> <p>特徴<br/>血液が運ぶ酸素の量を減少させる。動脈硬化が進みやすくなる。</p> |
|--|---|--|

### 喫煙が歯周組織に与える悪影響

- ・ 歯ぐきの血流が悪くなり、酸素や栄養が十分に供給されなくなる。
- ・ 虫歯や歯周病の原因菌が増殖しやすくなる。
- ・ 傷ついた歯周組織を修復する能力が低下する。

### 歯周病発見のサインを見逃す喫煙

歯ぐきからの出血は歯周病を発見するサインの1つです。喫煙すると、歯ぐきは血流が悪くなり、炎症を起こしても出血しにくくなります。黒ずむため炎症反応も分かりづらく、知らぬ間に症状が悪化して歯を失う恐れがあります。

#### ■ 問い合わせ

健康・保険課 保健予防係 ☎(232)4912

## 無料で接種

### 日本脳炎の予防接種はお済みですか

3歳、4歳のお子さんに加えて、9歳になる人と18歳になる人も、日本脳炎の予防接種をお勧めしています。

高熱、頭痛、嘔吐、意識障害、けいれんなどを引き起こす



### 日本脳炎とは

ブタなどの体内で増えた日本脳炎ウイルスが、蚊によって媒介され感染します。人から人への感染はありません。母子健康手帳で接種履歴を確認し、日本脳炎の接種回数が不足している場合は接種しましょう。

#### ■ 接種費用 無料

#### ■ 接種医療機関

「菊陽町予防接種だより」に掲載しています。

#### ■ 医療機関へ持参するもの

母子健康手帳、予診票<sup>(※)</sup>

※予診票が必要な人は母子健康手帳と印鑑を持参し、健康・保険課で申請してください。

#### ■ 対象者

|       | 接種対象年齢   | 回数                          |
|-------|--|-----------------------------|
| 第1期初回 | 生後6カ月~90カ月(7歳6カ月)に至るまで   | 2回                          |
| 第1期追加 |  | 1回                          |
| 第2期   | 9歳以上13歳未満  | 1回                          |
| 特例措置  | ①平成7年4月2日~平成19年4月1日生(20歳未満まで)<br>②平成19年4月2日~平成21年10月1日生<br>※②の人は9歳になったら第1期末接種分も接種できます。(9歳~13歳未満の間) | 1回~4回<br>(過去の接種回数に準じた残りの回数) |

#### ■ 問い合わせ

健康・保険課 保健予防係 ☎(232)4912