

健康

保険

相談

その他

健康

熱中症予防行動を強化しよう！

消防庁によると、熱中症のため救急搬送された方の半数以上を高齢の方が占めています。発生場所のうち住居が4割と、自宅にいても注意が必要です。気象庁の予報によると、今年の夏も全国的に厳しい暑さになる可能性が高く、熱中症への警戒が必要です。

- 【熱中症予防行動】
○エアコンや扇風機を上手に使う。
○のどが渇いていなくてもこまめに水分補給をする。1日1.2ℓ（コップ約6杯）を目安に意識的に取る。
○外出時にも水分を持ち歩き、喉が渇く前に、こまめに水分を取る。
○気象情報や熱中症情報を確認し、熱中症警戒アラート発表中は外出を控え暑さを避ける。
○外出時は、涼しい服装、日傘や帽子の使用、日陰に沿って歩くなどの工夫をする。
○太陽が低い朝や夕方時間帯の外出を心がける。

■クーリングシェルター（一覧）

Table with 2 columns: 名称, 開放可能日時. Lists various facilities like 市役所庁舎, 保健センター, etc., and their opening hours.

【クーリングシェルター（指定暑熱避難施設）の活用】

市では、熱中症特別警戒アラート発表時に、休憩がとれる場所として、市内12施設をクーリングシェルターに指定しました。外出時に暑さを避ける一時的な休息場所として利用できます。



大人の風しん予防接種費用の一部を助成しています

大人向けの風しん予防接種について2種類の助成事業を行っています。

(1)風しん追加的対策事業

対象 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日に生まれた男性で、これまで抗体検査および予防接種を受けていない方
助成額 抗体検査・予防接種ともに全額公費
※抗体検査・予防接種は、クーポン券事業に参加している全国の医療機関などで受けることができます。詳しくは、厚生労働省ウェブサイトを確認してください。

※対象の方には令和3年度までにクーポン券を送付しました。有効年月日が過ぎていても令和7年3月末まではそのまま医療機関で利用できます。転入・

紛失などでクーポン券がない方は、保健センターで再発行します。
※羽村市から転出すると、クーポン券は使用できなくなります。
(2)先天性風しん症候群対策事業
対象 市内在住の19歳以上で、次のいずれかに該当する方
①妊娠を予定または希望している女性
②妊娠している方と同居をしている方
③①の方と同居をしている方
助成額
○抗体検査：全額公費（一部の方は自費）
○麻しん風しん混合ワクチン：50000円
○風しんワクチン：30000円
※事前に健康課に申し込んでください。申込方法や実施医療機関について詳しくは、市公式サイトを確認するか、お問い合わせください。

※妊娠している方およびその可能性がある方は、接種を受けることができません。
※接種後2か月間は、妊娠を避けることが必要です。
共通事項
抗体検査を受け、抗体価が低い方のみ予防接種の助成を受けられます。
問合せ 健康課（保健センター内）☎627



相談

ひきこもりに関する相談を受けています

「ひきこもり」とは、さまざまな要因の結果として社会的な参加（就学・就労・家庭外での交流など）を避け、原則として6か月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態のことを指します。市では、東京都と連携し、相談内容に応じて関係機関や専門機関である「東京都ひきこもりサポートネット」の紹介を行っています。

また、「生活自立相談窓口」では、経済的な困窮状態にある方を対象に、経済的なことや日常生活・社会生活に関する困りごとについての相談に応じています。ひきこもりについての相談もできます。悩んでいる方は一度、連絡してください。
問合せ 概ね15歳～34歳までの方：子育て支援課児童青少年係☎264／概ね35歳以上の方：（生活自立相談）社会福祉課庶務係☎107



に該当する方に、保健指導の参加を勧めています。
参加を希望する場合は、「参加申込書」と「生活指導確認書」を市民課保険係または高齢医療・年金係に提出してください。

※「生活指導確認書」はかかりつけ医が記入する書類です。かかりつけ医に相談の上、申し込んでください。
○重複・頻回受診者等指導事業（国保の方のみ）
医療機関の受診回数が多い方、同じ病気で複数の医療機関にかかっている方、同じ薬の処方方が同一月に複数ある方に、保健指導の参加勧奨を行います。

対象の方には、保健指導の案内を送付するほか、電話で参加を勧める場合があります。
参加を希望する場合は、案内通知に記載している委託先の電話番号に連絡してください。

※案内通知や電話による勧奨、保健指導などは市が委託した業者が行います。
委託業者 ㈱データホライゾン
問合せ 市民課保険係☎128

ジェネリック医薬品 差額通知書を送付します

先発医薬品からジェネリック医薬品に変更した場合に、自己負担額がどの程度軽減されるかを記載した通知です。

保険

国民健康保険および後期高齢者医療制度に加入している方へ

医療費適正化事業を行います
○糖尿病性腎症重症化予防事業
糖尿病の治療を受けていて一定の要件

基本チェックリストに回答して フレイルを予防しよう！

対象の方に「基本チェックリスト」（健康状態を確認するためのアンケート）を送付します。長く続いたコロナ禍により外出などが制限された影響で、フレイル（筋力や心身の活力が低下し、介護が必要になる一歩手前の状態）になっているかチェックしませんか。

「基本チェックリスト」に回答した方には、生活状況や健康状態に関する結果アドバイス表を送付します。なお、基本チェックリストの結果から、早期の対処が必要な方には、地域包括支援センターから電話をする場合があります。

対象 6月1日現在、市内在住の80～81歳の方で、要支援・要介護認定を受けていない方
提出期限 7月31日(木)
問合せ 高齢福祉介護課介護予防・地域支援係☎197

8月1日から変更

介護保険施設の 居住費の負担限度額

介護保険施設入所者やショートステイ利用者の居住費の負担限度額が、1日あたり60円引上げとなります。ただし、生活保護受給者や高齢福祉年金受給者（第1段階）の多床室利用者の負担限度額は変わりません。
金額などについて、詳しくは市公式サイトで確認してください。

※食費の負担限度額は変更ありません。
問合せ 高齢福祉介護課介護保険係☎143

