

# 備えあれば憂いなし!

皆さんは「もしも」に備えていますか? 立川市では高齢者世帯の被害を防止するため、防災機器の設置に対する助成と住宅の家具に転倒防止器具を取り付ける事業を行なっています。

## 【火災安全システム事業】

●自動消火装置 ●火災警報器 ●電磁調理器 ●ガス安全システムを取り付ける際に、費用の一部を助成します。各品目により限度額があり、所得によっては自己負担していただく場合もあります。



## 【家具転倒防止器具取付事業】

たんすや本棚・食器棚など、1世帯1家屋に限り5ヶ所を限度として、転倒防止器具を取り付けます。取り付け費用は無料(取り外しは自己負担)です。

どちらの事業も、対象は65歳以上の一人暮らしまたは高齢者のみの世帯です。詳しくは立川市高齢福祉課福祉相談係か、お近くの立川市地域包括支援センターまでお問い合わせください。

## 利用者コーナー

### こころのうた

青木トミ作  
今は亡き  
友をさそいたし  
山桜

糸田榮子作  
新緑の  
林に入りて  
深呼吸

岩澤フミ作  
新緑を  
散歩メールで  
送り来る

『こんにちは「さいわい包括」です』では、地域の皆様から俳句または短歌を募集しています。投稿して頂ける方はハガキにご記入のうえ、北部中さいわい地域包括支援センター(立川市幸町4-14-1)までお送りください。掲載については先着順を基本とし、その他季節等を考慮して行いますのでご了承ください。

## 高齢者の介護や福祉で悩んでいたらお電話を!

立川市内に6か所、委託されている地域包括支援センターは地域に住む高齢者や介護者のための総合相談窓口です。ご利用ください。

立川市北部中さいわい地域包括支援センター ☎ 538-2339

(担当の地域が決まっている為、他の支援センターをご紹介する場合がありますのであらかじめご了解下さい。)

編集後記/青葉輝く季節になりました。ウォーキングして森林浴に出掛けたいですね。

# こんにちは「さいわい包括」です

# 6号

発行人/橋本正明 編集人/大村洋永 発行所/(福)至誠学舎立川・至誠キートスホーム

立川市幸町4-14-1 / Tel 538-2339 / 平成20年6月発行

## 特定健診・特定保健指導が始まります

これまで立川市が40歳以上の市民の方に実施していた「基本健康診査」は、平成20年4月から、「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づき、各医療保険者(国民健康保険、共済組合、政府管掌保険など)に義務づけられる特定健康診査に変わります。

健診の案内は各保険者からになります。

立川市は立川市国民健康保険加入者、長寿(後期高齢者)医療制度対象者の方などの健診を実施します。今までと同じように市内の医療機関で受診できます。4~9月生まれの方は6月から、10~3月生まれの方には10月から健診が始まる予定です。

### ○『特定健診』とは…

40歳~74歳の方を対象に、メタボリックシンドロームの予防・改善に特化した健診です。各保険者が、加入者(被保険者や被扶養者)を対象に健診を行います。腹囲測定が加わり、さらに血糖・脂質・血圧の結果か

らメタボリックシンドロームの判定が行われます。

### ○『特定保健指導』とは…

特定健診の結果から、生活習慣病の発症リスクの程度に応じて、個別指導やグループ面接などの支援が行われます。対象の方には保険者から『特定保健指導利用券』が届きます。

### ○『長寿(後期高齢者)健診』とは…

長寿(後期高齢者)医療制度の対象者に行われる健康診査です。立川市では特定健診と同じ項目で実施されます。

生活習慣病は、一人ひとりが、バランスの取れた食生活、適度な運動習慣を身に付けることで予防が可能です。健診や保健指導は積極的にご利用いただき、健康づくりにお役立てください。詳しくは、立川市健康推進課 527-3272 までご連絡ください。



## 後期高齢者医療制度について

後期高齢者医療制度が、4月混乱のうちにスタートしました。開始前の説明不足や、高齢者に新たな負担が課される等不安の多い幕開けです。今一度制度のポイントをお伝えします。

◎後期高齢者医療制度は高齢者人口が増え続ける中、高齢者の医療費を将来的にも安定して支えるために創設されました。

◎対象となる方は75歳以上の高齢者と、65歳以上で一部、障害の認定を受けた方です。

◎被保険者には一人ひとり保険証が発行されます。立川市では黄色い帯のある以前の医療証と同じ大きさのものです。今まで家族の扶養になっていた方も同様です。

◎医療機関ではこの一枚の被保険者証を提示し、かかった費用の割あるいは三割（現役並みの収入のある方）を自己負担します。

◎保険料は所得割りと都内均一の均等割りの二本立てですが、世帯所得により7割5割2割の軽減措置があります。また保険料の支払いは原則として年金からの天引きです。

◎今まで家族の扶養になっていて保険料の支払いがなかった方も保険料を負担することになります。しかし今年の9月までは全額負担免除、所得割りは平成22年3月まで免除、均等割りは10月から来年の3月まで9割軽減されます。

◎医療費が高額で自己負担限度額を超えたとき、今までどおり申請により超えた分の払い戻しが受けられます。

◎新制度「高額医療・高額介護費合算制度」により、世帯内で医療費と介護費（介護保険）両方を負担しているとき、年間の合計額が規定の限度額を超えた場合にも、申請により超えた分の払い戻しが受けられます。

◎これから75歳のお誕生日を迎えられる方は、お誕生日までに新しい保険証が届くことになっています。

開始当初から様々な不都合があったり、保険料の値上がりなど、制度について疑問に思われる方も多く居られるかもしれません。お問い合わせは市役所の保険課業務係となります。

(市役所 523-2111 内線 498)



## 地域包括支援センターは 福祉・介護・医療の専門家がかわっています

地域包括支援センターは主任介護支援専門員・社会福祉士・保健師などの専門職がチームとなって、地域で暮らす高齢者や介護者を支援します。

### ☆☆職員紹介☆☆



主任介護支援専門員の鈴木祐子です。職員一同チームとなって、皆様のお困り事に対応してまいります。

社会福祉士の鈴木伸行です。介護についてお困り事があれば、お気軽にお電話ください！



社会福祉士の花摘純子です。手話通訳士の資格も持っています。手話でのご相談にも応じてまいります。

看護師の水村安代です。要介護状態にならないための健康作りをお手伝いします。



事務職の幸田絵美です。お電話での相談など、対応することもありますので、よろしくお願ひします。