

# すこやかだより



No.18



南部町健康管理センター「すこやか」  
〒683-0323 南部町倭482 FAX：66-5523  
☎健康福祉課：66-5522・66-5524

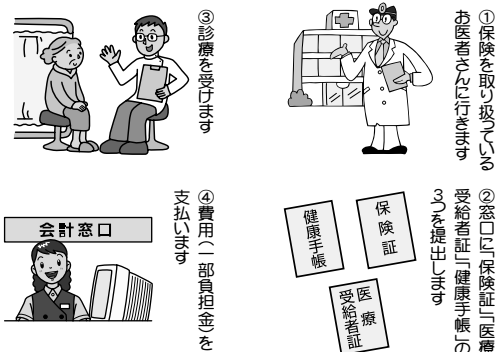
## 老人保健医療受給者のみなさまへ

75歳以上の方（ただし昭和7年9月30日以前にお生まれの方、65歳以上で一定の障害のある方も含みます）は、「老人保健医療制度」で診療を受けることになります。

### ★お医者さんにかかるときには

お医者さんにかかるときには、医療保険の「保険証（被保険者証）」と、「医療受給者証（ピンク色）」、「健康手帳」の3つを忘れずに、病院などの窓口で提示してください。

#### お医者さんにかかるときの流れ



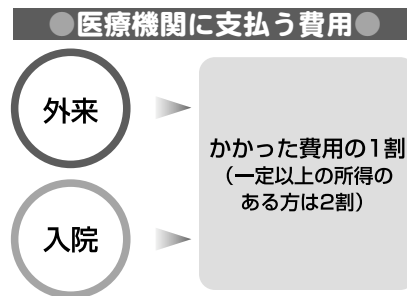
医療受給者証には、自己負担の割合が記載されています。病院等の窓口で提示しないと負担区分にかかわらず、全額をいったん支払わなければならなくなります。

### ★あとで費用が支給される場合は？

やむを得ない理由で保険証・医療受給者証を持たずにお医者さんにかかったり、医師が必要と認めたコルセットなどの補装具代及び、はり・灸・マッサージなどの施術を受けたとき、骨折やねんざなどで保険を扱っていない柔道整復師の施術を受けたときなど、申請して認められると、自己負担金を除いた金額が、あとから支給されます。

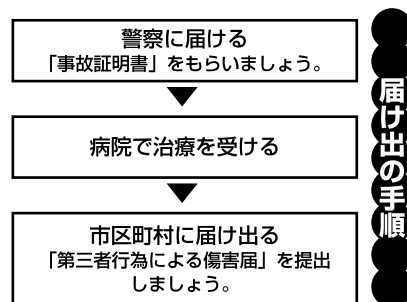
### ★窓口で支払う費用は（一部負担金）は？

老人保健でお医者さんにかかったときに自分で支払う費用（一部負担金）は、外来、入院とも費用の1割（一定以上の所得のある方は2割）です。



### ★交通事故にあったときには

交通事故にあったときなど、第三者の行為によってけがをした場合には、警察と町へ届出をすれば、老人保健で治療を受ける事ができます。この場合、老人保健が医療費を一時的に立替え、あとで加害者に費用を請求する事になります。



老人保健医療についてのお問い合わせは、

南部町健康管理センター「すこやか」健康福祉課 医療保険室（電話66-5522）まで



## 子どもは地域の宝

# 南部町教育委員会



### 「朝食を必ず食べよう」キャンペーン実施中

「朝食はやる気・学力・体力のもと」

平成15・16年度に南部町内の保・小・中の子どもの達を対象に行ったアンケートで、南部町の子どもの達には次のような傾向が見られます。

- ・寝る時刻が遅い。
- ・朝、気持ちよく起きていない。
- ・毎朝、きちんと朝食をとっていない。
- ・家庭での勉強時間が短い。
- ・テレビ視聴やゲームをする時間が長い。

その結果、保育園や学校で、

- ・午前中、体のエンジンがかからない。
- ・集中力や落ち着きが足りない。
- ・体力不足
- ・やる気の低下

といった状況を生み出す一因になっています。

子ども達をやる気にさせるためには、人間関係や環境などいろいろな要素がありますが、早寝・早起き・食事

などの生活リズムがきちんと身に付いていることがベースになります。

フランス語のことわざに「朝食は金、昼食は銀、夕食は銅」という言葉があります。朝食を欠食することは、その日の生活リズムを乱すことになるようです。

また、最近のいろいろな学力調査から、きちんと朝食を食べる子どももや持ち物を必ず確認する子どもの得点が高く、「学力と生活習慣は密接な関係がある」ことが分かっています。

そこで、今、町内の保・小・中では連携をして「朝食を必ず食べよう」キャンペーンを実施中です。朝食をおいしく食べることで生活習慣を見直し、いきいきとした学校生活を送れるべし、スづくりを進めたいと思います。



### ふるさとガイド 専門講座修了式

ふるさとガイド専門講座の修了式が3月8日、総合福祉センターしあわせで行われ、受講生に修了証が手渡されました。

この講座は、南部町のふるさとガイド養成を目的に昨年6月から10回にわたる講座を重ねてきたもので、町内の歴史についての座学や、史跡・名勝における現地学習などを行ってきました。修了式には、受講生のほぼ八割に当たる30名余りが参加。口々に「講座が終わるのはなごり惜しい」と話していました。

また、式に先立って受講生の入口睿（あきら）さんが講座の研修成果を踏まえ、「法勝寺」の地名の由来について独自の研究を発表。まさに卒業論文の発表となりました。

今後は本年6月を目標に、受講生を中心としたガイドの会立ち上げを計画しています。

