

窓口での外来診療の支払いが 自己負担限度額までに

高額な外来診療の治療費を窓口で全額支払った後、自己負担限度額を超えた分を申請して払い戻す「国保の高額療養費制度」が4月から変わり、入院のみの適用だった「認定証」が外来診療と調剤にも適用されます。4月以降は「認定証」を病院や薬局の窓口で見せると、治療費のうち限度額を超えた分を支払う必要がありません。現在、認定証の申請を受け付け中です。国保に加入している70歳未満のかたは、保険証を持って次の窓口へ。70歳〜74歳で市民税非課税世帯のかたには申請書を郵送しています(市民税課税世帯のかたは「高齢受給者証」が「認定証」の代わりになるので手続きは不要です)。

申請窓口

国保年金課(866)2098、北部・西部・河辺・雄和市民サービスセンター、アルヴェ駅東サービスセンター、岩見三内・大正寺連絡所

食物アレルギーを防ぐため 食品表示を見よう!

食べ物を買うときは、食品表示をしっかり確認して、自分のアレルギーを引き起こす物を食べないようにしましょう。表示義務がないアレルギー物質もありますので、不安なときは商品に書いてある「お客様相談室」などに問い合わせましょう。

表示義務がある食品

卵、乳、小麦、えび、かに、そば、落花生



(表示例)

名称	キャラメル
原材料名	加糖練乳、水あめ、砂糖、植物油、バター、乳化剤、香料(原材料の一部に乳、小麦、落花生を含む)

*かつこ内にまとめてアレルギー表示をしている例です。香料など添加物に含まれている成分も表示されます。

食物アレルギー▶特定の食べ物が原因でアレルギー症状が起こること。じんま疹や湿疹、下痢、おう吐、腹痛、せきなどの症状があります。呼吸困難、血圧低下、意識消失など、重い症状が現れるかたもいます。

問い合わせ 衛生検査課☎(883)1181



基礎控除後の総所得金額等の合計が

600万円以下の市民税課税世帯のかたは…

負担限度額▶80,100円+(総医療費-267,000円)×1%

例 1か月の治療費が3割負担で30万円のときの支払い

認定証があるかた

認定証

認定証がないかた

87,430円

300,000円

=80,100円+(100万円※)-267,000円)×1%

市役所に申請すると限度額を超えた分が戻ります。

※3割負担なので自己負担が30万円だと総医療費は100万円。

30万円-限度額87,430円=**212,570円**←戻る額



Look! 病院と薬局の合算など、「認定証」を見せても高額療養費の申請が必要な場合があります。詳しくは国保年金課へどうぞ。

秋田市文化団体連盟章

秋田市文化団体連盟章は、市の芸術・文化活動の推進に貢献したかたに贈られます。平成23年度の受章者は次のみなさんです。※カッコ内は、芸名・雅号。

問い合わせ

秋田市文化団体連盟☎(866)4026



柿崎道直さん 邦楽・79歳・広面
能楽五流の一つ喜多流の謡教士。昭和58年〜平成元年に県民会館での演能会を主催したほか、後継者の育成に尽力しました。



稲葉興亜子(興實)さん 邦楽・72歳・中通
平成12年に箏曲清絃会の史導となり後進の育成に努めたほか、国内外の公演に参加し、箏と三絃の普及発展に尽力しました。



小林政見さん 文芸・81歳・東通
秋田市歌人協会の役職を歴任し、平成16年に秋田市歌人協会短歌大会を発足したほか、後進の指導に積極的に努めています。



梅村哲正(大虚)さん 美術・74歳・土崎
昨年5月に秋田市書道会の会長に就任。調和体(漢字とかなを調和よく書いた書)で独自の書風を拓き、高く評価されています。



荻原ヨウ子(蓉橋)さん 華道・86歳・手形
千家生花の師範として、コミセンや小学校、身体障がい者施設などでいけばなを指導するなど、華道の普及に努めています。



奈良蓉子(芳華)さん 茶道・80歳・保戸野
煎茶道狭山流の筆頭役員として多くの門下生を育成したほか、家元の重鎮として煎茶道の発展に貢献しています。



ふれあい ほっと 掲示板



いきいきサロン・尺八演奏を聴こう

65歳以上のかたが対象です。3月1日(木)午前10時～正午、飯島老人いこいの家で。参加無料。直接会場へ。詳しくは、飯島老人いこいの家へ。☎(845)3692

高齢者学級の会員を募集

60歳以上のかたが対象。健康で明るい高齢者になるための学習をします。年会費各1,000円。はがきに住所、氏名、生年月日、電話番号を書いてお申し込みください。

◆川尻地区高齢者学級

対象/川尻地区にお住まいのかた 日時/4月から第3水曜日、午前10時～11時30分 会場/川尻地区コミセン 申し込み/3月6日(火)まで、〒010-0946川尻総社町3-6 藤井賢子さん☎(862)8959

◆中通地区高齢者学級

対象/中通・楢山地区にお住まいのかた 日時/4月から第2木曜日、午前10時～11時30分 会場/中通児童館 申し込み/3月7日(水)まで、〒010-0004東通観音前12-22 佐々木恵子さん☎(833)0647

◆泉地区高齢者学級

対象/泉・八橋・寺内地区にお住まいのかた 日時/4月から第2火曜日、午前10時～11時30分 会場/泉地区コミセン 申し込み/3月12日(月)まで、〒010-0916泉北一丁目9-2 佐藤慶二さん☎(863)2610



がん検診の 受診はお早めに！

●次の検診は2月末で終了します。
医療機関で忘れずに受診を！

大腸がん検診▶40歳以上
前立腺がん検診▶50歳以上の男性
歯周疾患検診▶30歳・40歳・50歳・60歳・70歳
※年齢は3月31日時点の年齢です。

●日曜健診は3月4日(日)が最後です！

大腸がん・前立腺がん・胃がん(前日午後9時以降飲食不可)・胸部検診を実施。3月4日(日)午前8時～10時、中央健診センター(川尻町)で。直接会場へ。料金や持ち物などはお問い合わせを。

●胃がん・大腸がん検診のクーポン券
の利用は3月4日(日)の日曜健診まで

無料クーポン券の配布対象者

年齢	生年月日	胃がん	大腸がん
40歳	S45.4.2～S46.4.1	●	●
45歳	S40.4.2～S41.4.1		●
50歳	S35.4.2～S36.4.1	●	●
55歳	S30.4.2～S31.4.1		●
60歳	S25.4.2～S26.4.1		●

*クーポン券をなくした場合は再発行します。
また、秋田市へ転入したかたも対象となりますので、保健予防課へご連絡ください。

問い合わせ 保健予防課☎(883)1176

健康

はつらつ情報



オーパスチビッコデー

小学生を対象に雪上障害物競走を開催。賞品多数！3月4日(日)・18日(日)、午前11時30分～正午、オーパス(仁別)で。参加無料。直接会場へ。
●問い合わせ 太平山スキー場オーパス☎(827)2221

ザ・ブーンきょうしつの教室

申し込みは、クアドームザ・ブーンへどうぞ。☎(827)2301

3月のプール健康増進教室

3月16日(金)までの火・水・金曜日に開講します。水中歩行、初級～上級水泳など(曜日によってメニューが違います)。全日程受講可能なフリ

ーコースが3,000円、1日体験コースが550円(いずれも入館料別)

バス送迎付健康増進教室

水中歩行中・上級と水泳。3月2日(金)・9日(金)・16日(金)、午前9時45分秋田駅発、午後3時秋田駅着(発着は東口5番線)。受講料各1,050円(入館料込み)。申し込みは2月21日(火)午前9時から

市保健所のしほけんじょ歯科相談しかそうだん

歯周病、むし歯など、歯の健康の相談に歯科衛生士が応じます。無料。

日時/2月27日(月)午前9時30分～正午 会場/市保健センター(八橋)

●申し込み 市保健所保健予防課 ☎(883)1178

在宅介護者のざいたくかいごしやつらい

寝たきりや認知症のかたなどを現在

家庭で介護しているかたが悩みなどを話し合う場です。2月21日(火)午後1時30分～3時、市保健センター(八橋)で。参加無料。直接会場へ。

●問い合わせ 在宅介護者のつらい代表の廣田さん☎(863)0935

市民公開講座「しみんこうかいこうざ耳のみみ日ひ」

「加齢による難聴とその対策」をテーマにした専門医の講演や人口内耳の話、無料相談(先着10人)など。手話通訳、要約筆記、無料託児あり(託児は3月1日(木)まで申し込みが必要)。直接会場へどうぞ。

日時/3月4日(日)午後1時～3時 会場/アトリオン7階ハーモニープラザ研修室 参加費/無料

●問い合わせ・託児申し込み 日本耳鼻咽喉科学会秋田県地方部会(秋田県医師会内)☎(833)7401

*スペースの都合などにより「健康はつらつ情報」に掲載依頼があったものすべてに掲載できない場合があります。ご了承ください。