

医療費 柔道整復療養費の適正化にご協力ください

閩保険年金課（市役所1階9番窓口） ☎32-2071

整骨院や接骨院で受ける施術には、健康保険が使えないものがあります。施術を受ける場合は、次のことにご注意ください。

✕ 保険が使えない施術（全額自己負担）

- 医師の施術同意書が無い骨折や脱臼
- 日常生活で生じる疲労や慢性的な肩こり、腰痛、筋肉疲労など
- 脳疾患後遺症などの慢性病や、症状の改善が見られない長期の施術
- 保険医療機関（病院や診療所など）で治療中の負傷
- 病気（リウマチ、五十肩、関節炎、ヘルニア、神経痛など）による痛みや違和感を解消する施術
- 労災保険が適用となる仕事や通勤途中での負傷



※健康保険を使ってこのような施術を受けた場合、医療費の返還を求める場合があります

◆ 領収書は受け取っていますか？

整骨院や接骨院では、領収書の無料発行が義務付けられています。医療機関にかかった時と同様に、領収書を必ずもらい、大切に保管してください。高額療養費の申請や、税の医療費控除を受ける際に必要です。

◆ 柔道整復療養費支給申請書を開示しています

自分が受けた施術内容や療養費の情報開示を希望する人は、保険年金課までご相談ください。

施術内容の調査にご協力ください

市では、療養費の適正な支給を図るため、支給記録の点検・調査をしています。そのため、津山市国民健康保険に加入している人に、文書による照会や聞き取りなどを行う場合があります。その際、領収書などの提示を求めることもありますので、施術記録や領収書などは大切に保管しておいてください。

農業 農地利用意向調査にご協力を

閩農業委員会事務局（農業振興課 内：市役所4階） ☎32-2159

農業委員会では、毎年、市内すべての農地の利用状況を調査し、適正に利用されていないと見受けられる農地の所有者などに対して、今後の農地の利用についての意向を尋ねています。

調査票が届いた人は、回答にご協力ください。

※農地の所有者などが亡くなっている場合は、推定相続人へ送付しています。相続登記が終わっていない場合、農地の貸し借りなどに時間を要しますので、速やかに相続手続きを行ってください

図書館 図書館視聴覚資料取り扱いのお願い

閩市立図書館 ☎24-2919

市立図書館では、視聴覚資料（CD、DVD、ビデオテープ）の貸し出しを行っています。使用する際は、次のことに注意し、大切に利用してください。

なお、視聴覚資料を破損・紛失した場合、弁償の対象となることがあります。

- 再生機器に視聴覚資料を長時間入れたままにしない
- 高温多湿、または直射日光が当たる場所に放置しない
- 必ず窓口で返却する（返却ポストを利用すると視聴覚資料やケースが破損する原因になります）

※視聴覚資料にはICタグが装備されており、再生機器に不具合が生じる可能性があります。また、ビデオテープは、テープが再生機器に絡む可能性があることを十分理解した上で、ご利用ください。視聴覚資料の利用による再生機器の故障や不具合に対する補償は行いません

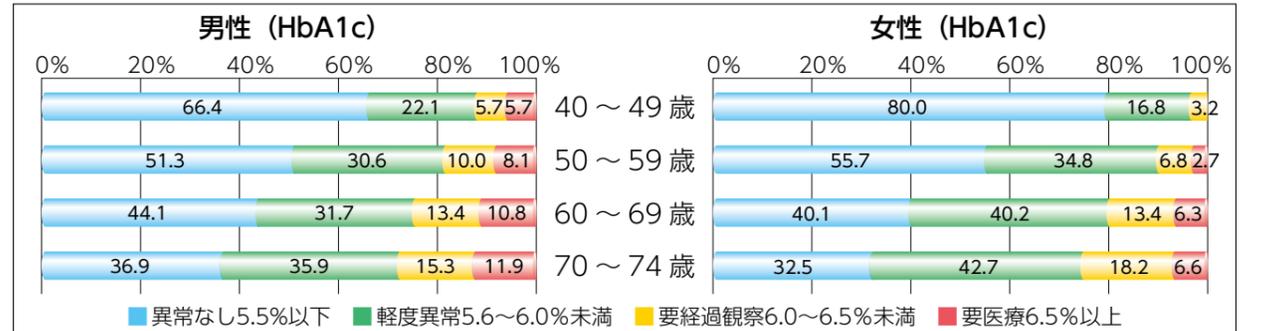
健康 平成28年度 津山市の健診・医療費・介護の状況

閩健康増進課（津山すこやか・こどもセンター内） ☎32-2069

【健診結果の状況】

男女ともに50歳代から血糖値が高い傾向

平成28年度の特定健診（対象：40～74歳の津山市国民健康保険被保険者）結果で、過去1～2カ月の血糖状態を表すHbA1cが少し高め（5.6%以上）の人は57.2%でした。下のグラフから分かるように男女とも50歳代から多くなり、年代が高くなるにつれてその割合が高くなっています。血糖値が高い状態を放置すれば糖尿病を発症するリスクが高くなるので、食生活の改善などが必要です。

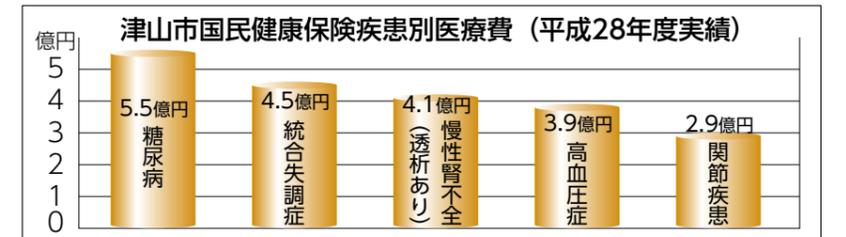


出典：平成28年度特定健診結果より

【医療費の状況】

医療費の第1位は「糖尿病」、1人当たりの医療費の第1位は「慢性腎不全(透析あり)」

平成28年度の津山市国民健康保険被保険者にかかった医療費は約87億円です。そのうち、疾患別医療費の第1位は糖尿病で5.5億円です。第1～5位の医療費の合計は約21億円で、総医療費の約24%を占めています。また、疾患別1人当たりの年間医療費の第1位は慢性腎不全（透析あり）で、平均約454万円です。

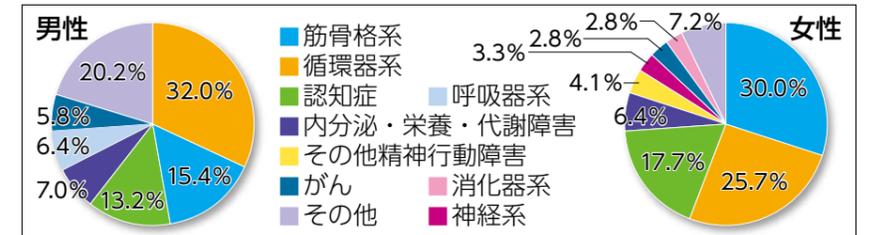


出典：平成28年度国保データベースシステムより

【介護認定の状況】

介護認定の主な要因は、男性は循環器系疾患、女性は筋骨格系疾患

平成28年4・5月分介護認定者の主治医意見書によると、要支援・要介護認定を受ける人のうち、男性では循環器系の疾患（脳梗塞、高血圧、心臓病など）によるものが一番多く、女性では筋骨格系の疾患（膝関節症、骨粗鬆症、腰椎症、大腿骨骨折など）によるものが一番多くなっています。



出典：平成28年4・5月分介護認定者の主治医意見書より

お知らせ

病気の発症や重症化を予防するためには、重症化に至る前の段階で、本人が健康状態を自覚し、生活習慣を改善することが大切です。定期的に健診を受けて、自分の健康状態を確認し、生活習慣病の危険性を早期に発見することに努めましょう。今年度の医療機関での健診受診期間は、平成30年1月31日(水)までです。まだ、受けていない人は、早めに予約して健診を受けましょう。