



1月から

子宮頸がん予防ワクチン・ヒブワクチン・小児用肺炎球菌ワクチンの助成が始まっています！

子宮頸がん予防ワクチン・ヒブワクチン・小児用肺炎球菌ワクチンの任意予防接種の助成が開始され、市内の実施医療機関において無料で接種することができるようになりました。定期予防接種を含めて、接種スケジュールはかかりつけ医と相談してください。

ワクチン種類	対象年齢	接種回数	期待される効果
子宮頸がん (HPV) 予防ワクチン	中学1年生～ 高校1年生相当の女子	3回 (初回・1カ月後・6カ月後)	日本で年間約15,000人が発症している子宮頸がんの原因の1つであるヒトパピローマウイルスの感染を予防 (約70%の予防効果)
ヒブワクチン	生後2カ月～	接種開始年齢により1～4回	日本で年間約500～600人がかかるといわれる細菌性髄膜炎や重症の肺炎などを予防
小児用肺炎球菌ワクチン	5歳未満の乳幼児		

- 接種場所**
市内の実施医療機関 (市ホームページをご覧ください)
※直接医療機関に予約してください
※県内の相互乗り入れに参加している医療機関でも、同様に接種することができます
- 接種に必要なもの**
子宮頸がん予防ワクチン＝健康保険証、対象者に郵送した「接種券及び接種済証」(ピンク色)
ヒブワクチン・小児用肺炎球菌ワクチン＝健康保険証、母子手帳

問い合わせ先 健康増進課 ☎32-2069

インフルエンザ予防接種 償還給付制度
低所得世帯については事前申請により助成券を交付していましたが、やむを得ず接種し料金を支払った人または県外医療機関で接種した人については、償還払い制度があります。詳しくはお問い合わせください。

整骨院や接骨院での療養費には、健康保険が使えないものもあります

整骨院や接骨院での治療 (はり・灸、マッサージを含む) には健康保険が使えるものと使えないものがあります。看板に「健康保険が使えます」と書かれてあっても、健康保険が使えない治療も行っている場合があります。健康保険が使えない治療については、全額自己負担になります。ご注意ください。

●柔道整復師の治療

健康保険が使える場合

- 骨折や脱臼、打撲、捻挫 (肉離れを含む) などの急性的なけがに対する治療 (骨折や脱臼の場合、緊急時以外は事前に医師の同意が必要)

注意点

- 日常生活からくる疲労や肩こり、リウマチ、ヘルニアなどの腰痛などの治療は健康保険の対象になりません
- 病院などで同じ負傷について治療を受けている場合は健康保険の対象になりません

●はり・灸の治療

健康保険が使える場合

- 主として神経痛やリウマチ、頸腕症候群、五十肩、腰痛症、頸椎捻挫後遺症など

注意点

- 健康保険が使えるのは、医師があらかじめ発行した同意書または診断書による治療に限ります (詳しくは施術所で確認ください)
- 病院などで同じ対象疾患について治療を受けている場合は健康保険の対象になりません

●マッサージの治療

健康保険が使える場合

- 筋麻痺や関節拘縮などで、医療上マッサージを必要とする症例についての治療

注意点

- 健康保険が使えるのは、医師があらかじめ発行した同意書または診断書による治療に限ります (詳しくは施術所で確認ください)

問い合わせ先 保険年金課 ☎32-2071

男女がいきいきと輝けるまちを目指して

男女が互いにその人権を尊重し、責任を分かち合い、性別にかかわらず、その個性と能力を十分に発揮できる男女共同参画社会の実現に向けて、審議会委員として参画しませんか。

「津山市男女共同参画 まちづくり審議会委員募集」

応募資格 男女共同参画の推進に関心と見識があり、審議会に出席可能な20歳以上71歳未満 (4月1日時点) で市内在住の人

募集人数 2人以内

任期 委嘱日から平成25年3月末日まで

報酬 月額7100円 (審議会は年2回程度開催予定)

応募方法 ①住所②氏名(ふりがな)

③生年月日④性別⑤電話番号⑥職業または勤務先を記載し、⑦小論文「私が考える男女共同参画」(原稿用紙1～2枚程度) を添えて郵送または持参

締め切り 3月16日(木)

選考 提出された書類に基づいて選考し、結果を通知します

問い合わせ先 〒708-8520津山市新魚町17(アルネ・津山5階)津山男女共同参画センター「さん・さん」☎31-2533(毎週火曜日、祝日は休館)

男性向け料理教室
休みの朝はパパにおまかせ!
今朝はゆっくりサンデーランチ編

男性向け料理教室 休みの朝はパパにおまかせ! 今朝はゆっくりサンデーランチ編

とき 3月13日(日)午前10時10分～午後2時
ところ さん・さん
献立 三色サンドイッチ、具だくさんスープ、なごり雪(デザート)
対象 料理に興味のある男性 (初心者大歓迎)
講師 「華の会」の皆さん
定員 10人 (申し込み多数の場合は抽選)
参加費 600円 (当日集金)
持ってくるもの エプロン、三角きん、手ふきタオル
申込方法 ①住所②氏名③電話番号を伝え、電話、ファクスまたは直接申し込む
締め切り 3月5日(出)
問い合わせ先 さん・さん ☎31-2533、☎31-2534

「さん・さん」おんな・おとこ塾

モノがあふれるこの時代!! シンプルな暮らしのための『整理収納入門』

整理収納がとにかく苦手、物が捨てられない、せっかく片付けてもすぐに元通り…。物の持ち方や付き合い方を見直して、快適に生活するための「整理・収納のコツ」を学んでみませんか。
とき 3月5日(出)午後1時30分～3時
ところ さん・さん
講師 佐藤亮介さん (整理収納アドバイザー1級)
定員 50人 託児 10人 (予約要・先着順)
参加費 無料
申込方法 ①住所②氏名③電話番号を伝え、電話、ファクスまたは直接申し込む
締め切り 2月28日(月)

♪♪♪♪♪♪ ファミ・サポ「童謡ひろば うたわらべ」とチェロのミニコンサート ♪♪♪♪♪♪

津山うたのおばさん・大島良子さんと津山が生んだチェロ奏者・大島純さん親子による夢の共演。アットホームな雰囲気での演奏会をお楽しみください。

とき 3月20日(日)午後1時30分～3時 **ところ** 地域交流センター (アルネ・津山4階)
参加費 無料
問い合わせ先 津山ファミリー・サポート・センター (さん・さん内) ☎31-8753

「国民健康保険高齢受給者証」と「岡山県老人医療費受給資格証」の差し替えについて

現在「国民健康保険高齢受給者証」と「岡山県老人医療費受給資格証」については、負担割合部分に「2割 (平成23年3月31日までは1割)」と記載された証(3割負担の人を除く)を交付しています。

この度、国の高齢者医療制度見直しにより、平成23年4月から平成24年3月までの1年間においても、窓口負担割合が1割に据え置かれることになりました。

該当する人には、3月下旬に新しい「国民健康保険高齢受給者証」または「岡山県老人医療費受給資格証」を再発行し、郵送します。

国民健康保険
高齢受給者証

岡山県老人
医療費受給
資格証

問い合わせ先 保険年金課 (市役所1階7番窓口) ☎32-2071、32-2073、または各支所市民生課