

予防は治療に
勝る！



健康について

Health

Series
Vol.124

健康コラム 口を使った遊び

by 健康推進係 歯科衛生士

口をすぼめたり、唇の形をかえる、息の強弱や息を止めるなど、唇や舌、歯などを巧みに使うのがポイントです。できるようにするととても楽しいものです。お父さんやお母さんも一緒にやってみましょう。食べることやしやべることが上手になり、ステキな笑顔もみられるでしょう。

- ① 吹く……ストローでブクブク、シャボン玉、紙風船、ゴム風船、風船ガム、口笛、草笛、指笛など。
- ② 吸う……ストローで紙風船など軽い物を吸いつけて持ち上げる。吸って鳴らす口笛など。
- ③ 舌や唇で音を鳴らす、舌であちち向いてホイなど。
- ④ おもちやのラッパやハーモニカなど。

口を閉じることができない、クチャクチャと食べ物を前歯だけで噛んでしまう、食べこぼしが多い、発音があともう少し……というお子さんには、口を使った遊びがとても効果的です。訓練となると身構えてしまうので、遊びなら楽しくできます。

12月
2017

健康カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
					1 個別検診・ミニドック 6カ月児相談	2 →
3	4 個別検診・ミニドック	5 母子手帳交付	6 1歳6カ月児健診	7 離乳食教室	8 1歳児相談	9 →
10	11 個別検診・ミニドック	12 母子手帳交付	13 2歳児健診	14	15	16 →
17	18 個別検診・ミニドック	19 母子手帳交付	20 3歳児健診	21	22	23 →
24/31	25 個別検診・ミニドック 心が元気になる相談室	26 母子手帳交付	27	28	29	30

★個別健診・ミニドック

12月28日までです。
受診がまだの方は急ぎましょう！

指定された医療機関にて個別に受ける健診です。

【個別健診の種類】

- ・特定健診
- ・子宮がん検診
- ・胃がん検診
- ・乳がん検診
- ・大腸がん検診

【ミニドック】

- ・特定健診、肺がん検診、胃がん検診、大腸がん検診、腹部超音波検診（エコー）、前立腺がん検診（男性のみ）のセット検診です。

※受診票がない方は保健課

☎ 0986-76-8806

までご連絡ください。

★心が元気になる相談室 カウンセラー：勝吉恵美子 先生（臨床心理士）

健康のこと、ご家族のことなど、お気軽にご相談ください。

開催日：12月25日（月）午後1時30分～ 場所：末吉中央公民館

※ご予約は介護福祉課まで（☎ 0986-76-8807）

Notice | 平成 30 年度から国民健康保険制度が変わります

by 本庁 保健課 ☎ 0986-76-8806

都道府県と市町村のそれぞれの役割	
都道府県の主な役割	市町村の主な役割
国保運営の中心的な役割 (財政運営の責任主体)	被保険者に身近な きめ細かい事業を引き続き実施
○市町村ごとの国保事業費納付金を決定 ○統一的な運営方針を示し、それに基づいて事務の効率化や広域化、標準化を図る ○各市町村の標準保険料率を提示 ○給付に必要な費用を、全額、市町村へ支払い ○保健事業に対する助言や支援	◎被保険者の資格管理 (各種届出の受付、保険証の発行など) ◎保険税の賦課・徴収 ◎保険給付の決定や支払い ◎被保険者の健康づくりのための各種保健事業の実施 ○国保事業費納付金を都道府県に納付

※○は新しくできた役割、◎は今までも担ってきた役割です。

国民健康保険は、勤務先の健康保険など、ほかの医療保険に加入していない方が加入する医療保険です。これにより誰もが安心して医療が受けられる「国民皆保険制度」が実現しています。

この制度を将来にわたって守っていくため「持続可能な医療保険制度を構築するための国民健康保険法の一部を改正する法律」が平成27年5月に成立しました。この法律により、平成30年4月からは、都道府県が国民健康保険の財政運営の主体になり、安定的な財政運営や効率的な事業の確保など、国保運営の中心的役割を担うことで制度の安定化を図ることになります。

届け出や保険税の納付は今までどおりです

今回の制度改革により、財政運営の仕組みは大きく変わりますが、市民の皆さんの医療の受け方に変更はありません。保険税（料）もこれまでどおりお住いの市町村に納めていただきます。また、各種申請や届け出なども、今までどおりお住いの市町村の担当窓口でできます。

広告

「祝！鹿児島黒牛 日本一記念」 JAバンクウィンターキャンペーン

【定期貯金「貯王」】

- ★貯金の種類 スーパー定期1年もの(自動継続)
- ★お預け入れ金額 10万円以上
- ★金利
 - 年0.10%(税引後0.079%)
 - 組合員の方
 - 年0.05%(税引後0.039%)
 - 員外の方
 - ※上記の金利は初回満期までとします。
- ★取扱い対象 個人の方で新規にお預け入れの方に限ります。



期間中に定期貯金「貯王」を新規で20万円以上ご成約の方に嬉しいチャンス！！

「“日本一の鹿児島黒牛”
選べる3コース(5,000相当)」
を抽選で
そお鹿児島で100名様に！！

詳しくは、お近くのJA各支店の貯金窓口までお問合せ下さい。



JAそお鹿児島

本所 099-482-6812 財部支店 0986-72-3114

大隅支店 099-482-6811 末吉支店 0986-76-7702