

保健師だより

あなたの健康支えます!!

◆◆ 一人で悩んでいませんか? ~3月は自殺予防月間です~ ◆◆

生きるのがつらい、苦しい、コロナ禍が続く気が沈むなど、新型コロナウイルス感染拡大による生活の変化により、様々な不安やストレスを感じている方が多いことと思います。もし、悩みを抱えて困っているときには、気軽に相談できる場所があります。ご希望の窓口を選んで相談してみませんか。

【相談先一覧】

- ① LINE による相談 ⇒ 「こころつなぐ@福島」
※スマートフォンで右のQRコードを読み取り、県のアカウント「こころつなぐ@福島」を友だち登録することで利用できます。
- ② SNS 相談事業 ⇒ 「厚生労働省 SNS 相談」で検索してください。
- ③ こころの健康相談統一ダイヤル ☎ 0570-064-556
- ④ よりそいホットライン ☎ 0120-279-226 (24 時間対応)
※一般的な生活上の悩み、生活困窮者等に対する総合的な電話窓口です。
- ⑤ 福島いのちの電話 ☎ 024-536-4343 (10 時～22 時、毎月第3土曜日の10 時～翌日10 時)
☎ 0120-738-556 (毎月10 日8 時～翌日8 時)
- ⑥ 心や健康の相談 ⇒ 鏡石町健康環境課 ☎ 62-2115



◎ 自家消費野菜等食品放射能測定結果について

1月に実施された町内産の自家消費食品放射能検査の結果は、右表のとおりです。国の暫定基準値100ベクレル/kgを超える数値が検出された食品は、0件でした。また、井戸水の検査実施はありませんでした。

なお、検査に出される際には、正確な判定を行うため、食材500グラム以上が必要となります。付いた土(泥)などを洗い流し、食べられない部分ではできるだけ取り除いた水分などを含まない調理前の材料をご持参ください。

※材料の量や状態などで正確な判定ができない場合や町外産の食材を持参された場合は、参考測定扱いとしての結果報告となりますのでご承知願います。

食品名	件数	検出件数
葉玉ねぎ	1	0
合計	1	0

● 問い合わせ先
簡易放射能測定センター (勤労青少年ホーム内)
☎ 62-2444

認知症について悩みがある方いませんか?

鏡石町認知症初期集中支援チームでは、毎月第3木曜日に認知症に関する窓口を設置しています。認知症は早期の気付きと治療が大切です。「認知症の診断を受けたいけど、本人が拒否している…」 「もしかして私、認知症?」 など、不安や悩みがある方はお気軽にご相談ください。

事前申し込みが必要ですので、ご希望の方は開催前週の金曜日までに申し込みください。

- 開催日 3月17日(休) ※令和4年度も設置予定です。日程が決まり次第お知らせします。
- 場所 勤労青少年ホーム 相談室
- 対象 40歳以上で在宅生活をしており、認知症について不安や悩みをお持ちの方、家族に認知症の疑いがあり、相談したい方

● 問い合わせ先 鏡石町認知症初期集中支援チーム (福祉こども課) ☎ 62-2210



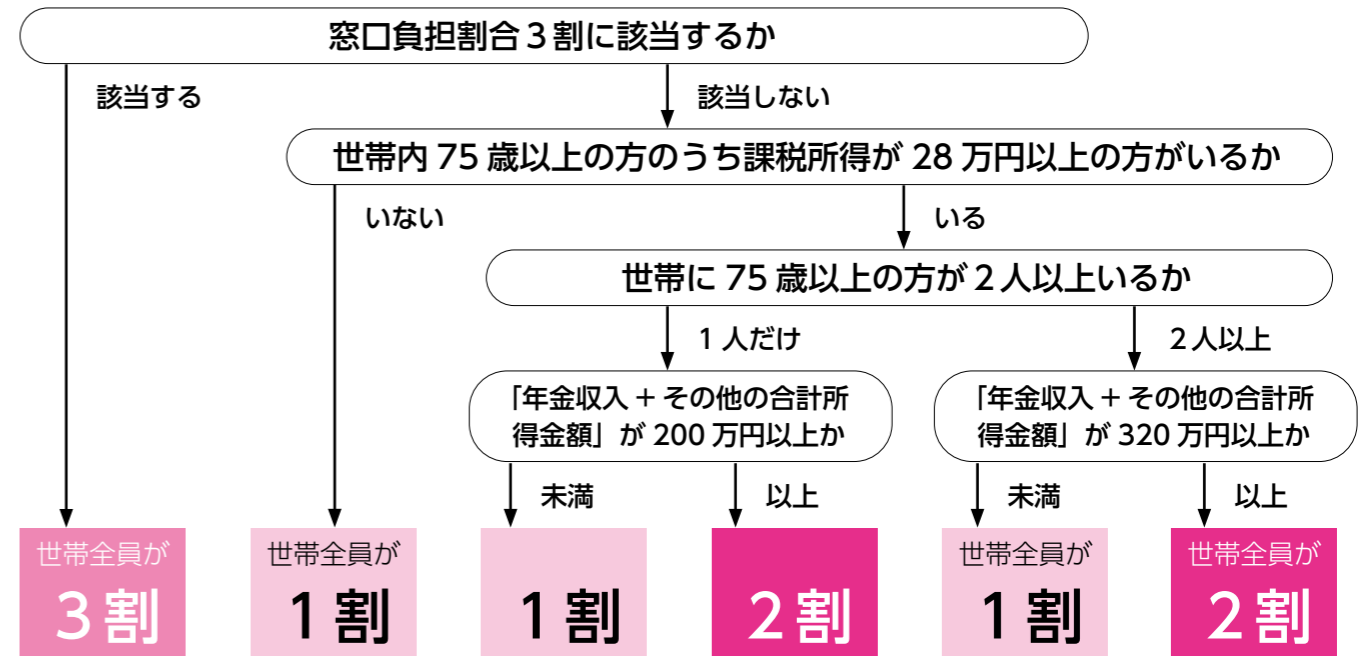
後期高齢者 (75歳以上の方等) 医療制度に関するお知らせ

一定以上の所得で医療費の窓口負担割合が変わります

令和4年10月1日から、窓口負担割合3割の方を除き、一定以上の所得がある方は、医療費の窓口負担割合が2割になります。

窓口負担割合2割の対象となるかどうかは、主に以下の流れで判定します

世帯の窓口負担割合が2割の対象となるかどうかは、75歳以上の方の課税所得や年金収入を基に、世帯単位で判定します (令和3年中の所得を基に、令和4年9月ごろに2割の被保険者証を送ります)。



※窓口負担割合が1割から2割となっても、1か月の自己負担限度額に変更はありません。

世帯区分	外来 (個人単位)	外来 + 入院 (世帯単位)
【一般】	18,000円 【年間上限14.4万円】	57,600円 【4回目以降44,400円】

- 医療費窓口負担割合の見直しに関する問い合わせ先 福島県後期高齢者医療広域連合 ☎ 024-563-3310
- 制度改正の見直しの背景などに関する問い合わせ先 厚生労働省コールセンター ☎ 0120-002-719
- 後期高齢者医療保険料に関する町の問い合わせ先 税務町民課 ☎ 62-2112

告 白

「広報かがみいし」 広告掲載者募集

- 掲載位置 町が指定した位置
- 掲載料金 下一段 1万円
半 分 5千円 (このサイズ)
- 問い合わせ先 総務課広報担当 ☎ 62-2111

鏡石まちの駅
かんかんてらす

鏡石町中央 245 番地
☎ 0248-94-8110
(営業時間 9 時～19 時)
定休日：毎週第2火曜日
※営業時間は変更する場合があります。