

に感染していることがあり、放っておくと肝硬変や肝臓がんなどへ進行するおそれがあります。

現在、B型とC型の肝炎ウイルス検査を、県内の受託医療機関にて無料で受診できます。

次に該当する方はぜひ一度肝炎ウイルス検査を！



- 年齢が40歳以上の方（予防接種などで注射器の連続使用が実施されていた年代のため）
- 平成6年以前に、フィブリノゲン製剤を投与されたことがある
- 平成4年以前に、輸血を受けたことがある
- 大きな手術を受けたことがある
- 長期にわたって血液透析を受けている
- 臓器移植を受けている
- 薬物などの注射のまわし打ちをしたことがある
- 入れ墨やピアスの穴を開けたことがある
- 血液凝固因子製剤の投与を受けたことがある
- 過去に健康診断などで「肝機能異常」と指摘されたことがある

【検査対象者】

40歳以上で高知県内に住民登録または外国人登録をしており過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方

※これまでに健康診断や医療機関で肝炎ウイルス検査を受けた方は除きます。

【検査期限】 来年1月31日まで

【検査料】 無料

【場所】

県内受託医療機関（町内では大杉中央病院・大田口医院・高橋医院）

【受診方法】

事前に医療機関に電話予約し、身分証明書（健康保険証 運転免許証など）を当日持参してください。

問い合わせ先…住民課健康づくり班

一に運動、二に食事、しっかり禁煙 最後にクスリ

健康寿命をのばしましょう！

9月は「健康増進普及月間」です！

生活習慣病の特性や、運動・食事・禁煙など、生活習慣の改善について一人ひとりが理解を深め、健康づくりを実践するため、9月を健康増進普及月間としています。この機会にご自分の健康についてみつめなおしてみましよう。

①毎日、プラス10分の運動！

いつまでも若々しくいるためには、適度な身体活動が大切です。ウォーキングや庭いじり・掃除など日常での運動を10分増やすようにしましょう。

②毎日、プラス一皿の野菜！

一日の野菜摂取量の目標値は350グラムです。しかし、成人の一日当たりの平均野菜摂取量は27グラムといわれています。ちょうど野菜一皿分（約70グラム）が不足しているということです。いつもの献立に野菜料理をプラスして、一日350グラム食べるようにしましょう。

③たばこの煙を減らす！

周囲のたばこの煙を吸うことで、肺がんや心臓病にかかりやすくなります。禁煙はもとより、受動喫煙の機会も減らすように心掛けましょう。



ただし、年金受給額が年額18万円未満の方や介護保険料と後期高齢者医療保険料の合算額が年金受給額の2分の1以上になつてしまつ方、または後期高齢者医療保険に切り替わつたばかりの方などは、納付書で納めていただく普通徴収となります。

そのため、「すっかりした」、「気付かなかった」、「国民健康保険で口座振替になっていたので、後期高齢者医療保険料も引いてくれると思つていた」などの理由で保険料を納め忘れていた方がいます。

納め忘れていた方には、納期限の翌月18日までに督促をお送りしていますので、納め忘れがないかご確認をお願いします。

納付状況が不明な場合や、納付が困難な場合はご相談ください。

問い合わせ先…住民課保険窓口班

後期高齢者医療係

特別児童扶養手当

精神または身体に障害のある20歳未満の児童を監護している父または母、それに代わる養育者に対して児童の福祉増進を図るため支給されます。

ただし、次のような場合は支給されません。

●手当を受けようとする方やその扶養義務者の所得が政令で定める額以上であるとき

●児童が公的年金を受給しているとき

●児童が福祉施設などに入所しているとき

【手当金額】

1級…月額50、400円
2級…月額33、570円

【支給方法】

4月、8月、11月の3回に分けて、金融機関口座へ振込みにより支払われます。

【所得制限】

受給資格者、もしくは同居している配偶者の前年の所得が一定金額以上あるとき

【申請手続き】

- 1 認定請求書
- 2 戸籍謄（抄）本
- 3 世帯全員の住民票の写し
- 4 診断書（療育手帳A1・A2所得者および身体障害者手帳の交付後1年以内で、外部障害の場合は診断書を省略できます）

申請・問い合わせ先…住民課福祉班

8月30日～9月5日は防災週間です

木造住宅の耐震診断はお済みですか？

阪神・淡路大震災で亡くなった人の95%以上が、建物の倒壊の影響で亡くなっています。言い換えると、建物に十分な耐震性があつたならば、多くの方が亡くならずに助かっていたということです。

南海地震での大豊町の予想震度は震度6弱から7です。耐震性の低い建物は、震度6弱になると倒壊する建物が出始め、6強になるともっと多くの建物が倒壊します。

次の南海地震から命を守るためには、地震の揺れが治まるまで倒壊しない建物であることが必要です。高知県では木造住宅の耐震化を支援していますので、積極的にご活用ください。



【対象住宅】

昭和56年5月31日以前に建築された住宅

【申請者】

対象住宅の所有者

【耐震診断】

【診断方法】 耐震診断士が現地調査を行います。

【診断費用】 自己負担3千円

後期高齢者医療保険料の

納め忘れはありませんか？

後期高齢者医療制度の保険料は、基本的には年金からの特別徴収（天引き）で納めていただくことになっています。

耐震設計

【要件】

- ①耐震診断の評点が1.0未満であるもの
 - ②耐震改修後の評点が1.0以上となる計画であるもの
 - ③高知県に登録した設計事務所が受託するもの
- 【補助金額】 耐震改修設計にかかった費用の2／3の額 ※20万円を上限

耐震改修

【要件】

- ①耐震診断の評点が1.0未満であるもの
 - ②耐震改修後の建物全体の評点が1.0以上となる工事であるもの、または1階部分の評点が1.0以上となるもの
 - ③高知県に登録した工務店が実施するもの
 - ④住宅所有者が選任した耐震診断士が現場確認などを行うもの
- 【補助金額】 耐震改修工事にかかった費用の一部 60万円＋30万円を上限

問い合わせ先…産業建設課建設水道班

住まいから 描く日本の 未来地図

「住宅・土地統計調査」にご協力お願いします

10月1日、5年に1度の住宅・土地統計調査が行われます。

全国約30万世帯の方々を対象とした大規模な調査で、住宅や敷地の広さや、居住している世帯に関すること、住まいの設備状況や住環境について調査します。知事に任命された調査員が、9月に調査票を持って訪問しますので、調査票への記入をお願いします。なお、調査世帯はインターネットにより回答することもできます。



調査対象者が安心して調査票に記入いただけるよう、調査票の記入内容は厳重に保護されます。

要約筆記者養成講座（前期課程）

聴覚障害者に文字で情報を伝える要約筆記者の養成講座です。今年は、前期課程（手書き・パソコン）の受講者の方を募集します（前期課程を修了した方を対象に、翌年後期課程の講座を行います）。

【対象者】

前期・後期の講座修了後、要約筆記者として継続して活動できる18歳以上の方

【期 間】 10月5日～2月中旬 全17回

【場 所】 高知市障害者福祉センター（高知市旭町2丁目21-6）

【定 員】 手書き要約筆記者 15人
パソコン要約筆記者 15人

【申し込み期間】 9月1日（日）～9月28日（土）

【申し込み方法】 申し込み先へ電話またはFAX（住所、氏名、電話番号を記載）

【申し込み先】 特定非営利活動法人

要約筆記高知・やまもも養成講座担当 廣田

☎・FAX 088-842-2519

問い合わせ先…高知県障害保健福祉課

☎ 088-823-9634

ご寄附のお礼

金一封 川口南

前田 邦明 様

社会福祉協議会に對しまして、貴重な浄財をご寄附いただきました。ありがとうございます。

大豊町社会福祉協議会