



広報みずまき  
2014

特集  
小学6年生までの医療費を無料化

私たちの病院代が

変わる？

TOWN MIZUMAKI ISSUE

広報みずまき

平成26年7月1日から子ども医療費の助成制度を拡大します

# 小学6年生までの医療費を無料化

産み育てやすいまちづくりへ。町は、子ども医療費の助成を拡大します。新しい制度は、医療費が実質無料となる人の対象を小学6年生までへと引き上げ、子育て環境を充実させるものです。元氣な子どもたちが育つまちづくりを進めます。

●問い合わせ 役場医療・保護係 ☎201局4321番

## 小学6年生までの子に新しい医療証を送付

これまで小学3年生まで無料となっていた通院・入院の医療費を、平成26年7月からは小学6年生までへと拡大します(表1)。

対象となる人には、6月下旬に新しい医療証を送付します。7月診療分からは新しい医療証を利用してください。病院での診療の他に、薬代や補装具作成の費用など健康保険が適用される医療費が助成対象です。

ひとり親家庭等医療証を持っている人は、毎年医療証の更新を行っているので、拡大対象となる人にも新しい医療証を送ります。

※7月になっても医療証が届かない場合は、役場医療・保護係へ問い合わせてください。

【表1】新制度と旧制度の通院治療費の違い

	平成26年6月末まで	平成26年7月1日から
対象	健康保険に加入している町内の0歳～小学3年生(9歳到達後最初の3月31日まで)	健康保険に加入している町内の0歳～小学6年生(12歳到達後最初の3月31日まで)

※生活保護を受給している人は対象となりません。  
 ※入院にかかる費用(差額ベット代や食事代などを除く)は、これまでどおり中学3年生まで無料です。

## 子ども医療費助成制度の拡大は何人にいくら使われるの？

### 【新たに対象となる人数】

平成26年4月に小学4年生から6年生となった児童は、町全体で666人(表2)。このうち、健康保険に加入していて、生活保護を受給していない全ての児童が対象になります。

### 【制度拡大への試算額】

制度拡大への試算額は、これまでの助成金額から年間約2,000万円増を見込んでいます。平成26年度は、年度途中からの実施となるので、制度上約1,220万円の予算を計上しました。  
 ※試算額には、ひとり親家庭医療制度の拡大分も含まれています。

【表2】町内の小学4年生～6年生の児童数 単位：人

学年	男児	女児	計
小学4年生	120	111	231
小学5年生	92	107	199
小学6年生	123	113	236
計	335	331	666

【平成26年4月1日時点】

## 子どもたちの元氣な声が町中にあふれるように

私の行政運営の基本方針として掲げている「明るいまちづくり」。その中の具体的な施策の一つである「子ども医療費の対象拡大」が実現に至り、大変うれしく思っています。

以前から「この水巻町で子どもを産み、育てて良かったと心から思える町にしたい」と考えていました。そのためには、子育て支援の拡充や教育環境の改善は欠かせません。今回の子ども医療費の制度拡大は、そのための第一歩と捉えてほしいですね。

財政的には、平成26年度は年度途中からの実施ですので1220

万円程の経費が必要であると予想しています。決して小さな額ではありませんが、町内の子どもたち、そして子育て世代の方々の「明るい笑顔」を考えると、今の水巻町に必要なものと判断しました。

ただし、予算は限りあるものです。私は、皆さんからお預かりした大切な財源で、最も効果的な行政運営を行っていくために、真に必要なものを選別して「明るいまちづくり」を進めます。

今後、誇れるふるさと「みずまき」にするため、皆さんと協力しながら、責任を持ってまちづくりに取り組んでいきます。



美浦 喜明 水巻町長

細かな疑問を一気に解決

## 子ども医療費助成制度Q&A



### 【利用手続に関すること】

#### Q1. 病院での手続きは何か必要ですか？

A1. 受診時に健康保険証と町から交付される新しい医療証を提示すれば、そのまま無料で診察を受けることができます。

#### Q2. 子どもが産まれました。子ども医療費助成制度を利用できますか？

A2. 健康保険に加入していて、水巻町に住居のある子どもは対象となります。赤ちゃんの健康保険証と印鑑を持って、役場で手続きをしてください。

#### Q3. 水巻町に転入しました。子ども医療費助成制度を利用したいのですが？

A3. 対象となる子どもの健康保険証と印鑑を持って、役場で手続きをしてください。3歳以上就学前の場合は、保護者の所得証明書または前住所地

で発行された乳幼児医療受給資格認定済証も必要です。

#### Q4. 医療証をなくしたのですが、再発行はできますか？

A4. 再発行は可能です。保護者の身分証明書と印鑑を役場に持ってきてください。

### 【助成内容に関すること】

#### Q5. 健康診断や予防接種の費用は対象となりますか？

A5. 病気を予防する行為は保険診療ではないので、子ども医療費助成制度の対象とはなりません。ただし、健康診断を受けて保険診療などが発生した場合は対象となります。

#### Q6. 県外の病院にかかったときは助成されますか？

A6. 県外での受診は医療費を本人が一時負担し、後日、町から払い戻しを行います。領収書、印鑑、保護者の通帳を役場に持ってきてください。

無料になった医療費は町のお金から

## 医療費を抑える簡単節約術

子ども医療費助成の拡大で、病院代などが無料になる子どもたちは増えていますが、その分の医療費がなくなるということではありません。無料になった医療費は、町が皆さんからの税金などで負担しています。子どもたちの未来を支える制度の継続へ、一人ひとりが医療費の抑制に努めましょう。

病院へ行くときの注意点

### 同じ診療でも金額が変わります

皆さんが窓口で支払う金額（一部負担金など）の何倍もの費用が、実際に発生している医療費。



同じ診療内容でも、場合によっては医療費が割高になっていることがあります。病院に行くときは、次のことに気をつけて診療を受けてください。

#### ●診療時に気をつけておきたい3つのこと

##### ①かかりつけの病院を持つこと

初診料は再診料よりも高額です。一つの症状でいろいろな病院を受診すると、検査などが重複して無駄な医療費がかかることがあります。複数の専門家の判断が必要なきもありますが、むやみに病院をかけもつことは控えましょう。

##### ②病院の通常の診療時間に受診すること

時間外や休日の診療は料金が割増され、医療費が高くなります。救急時以外は、診療時間内に診察を受けましょう。

##### ③薬をたくさん求めないこと

薬の量が増えれば、その分の薬代が高くなります。また、薬には有効期限があり、症状で成分が異なりますので、取り置きや使い回しなどはできません。医師の指示に従い、不要な薬を求めないようにしましょう。

※国民健康保険に加入している人には、2か月に一度、医療費通知を送っています。健康管理や医療費の把握に役立てましょう。

変わらぬ効き目なら安価なものを

### ジェネリック医薬品の積極的な活用を

#### ●ジェネリック医薬品とは

ジェネリック医薬品は後発医薬品とも言い、先発医薬品（新薬）の特許が切れた後に、新薬と同じ主成分で作られた薬です。厚生労働省が定めたいくつもの基準に合格し、新薬と同等の効き目があると保障されています。

#### ●ジェネリック医薬品に替えるとうなる

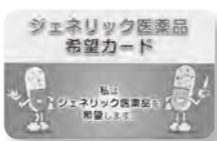
新薬の開発には研究や実験に多くの時間と経費を必要とします。しかし、新薬の特許が切れた後に開発するジェネリック医薬品は、すでに有効性や安全性が確認されている新薬と同じ成分の薬を製造するので、開発費を抑えることができます。ジェネリック医薬品が安くなるのはそのためです。

※治療内容やほかの薬との飲み合わせなどによって、ジェネリック医薬品への切り替えができないことがあります。ジェネリック医薬品を希望する場合は、まずかかりつけの医師や薬剤師に相談してください。

#### ●効果が大きい人には差額通知を送付

新薬を使っている人で、ジェネリック医薬品に切り替えたときの差額が大きい人には、薬代がどれくらい削減できるかを示した差額通知を送っています。この機会に薬代を見直してみませんか。

また、「ジェネリック医薬品希望カード」を役場健康保険係窓口においています。受診のときに提示すると、ジェネリック医薬品が優先して提供されるので、ぜひ活用してください。



## 親



【頃末北区】  
石松 雅義さん  
満華ちゃん(10歳)

「上の子のときにもこんな制度があったら良かったのに」というくらい待ちわびていた制度です。この子は水泳を習い事でやっていますが、学校生活以外での病気やけがは、学校保険が利かないんです。プールで感染した皮膚病で、何度も病院に通いました。小学校高学年になると、どんな体が成長して、力も強くなるので、習い事を始める子も多いと思います。他にも自転車の運転などで行動範囲が広がり、目が届きにくくなるのが心配ですね。体が一番成長する時期に無茶をして、けがをする不安がどの家庭でも尽きないのではないでしょう

か。子どもの泣き顔や、つらそうな顔を見るのは、親にとって一番悲しいものです。もちろん自己負担が無料になるからといって、むやみに病院に行っていないわけではないですし、健康であることが一番大切です。ただ、親の立場では、お金の負担が減るだけでも、いざというときの気持ちや和らぎます。将来はこの子に、この医療費制度をはじめ、たくさん周りの人の支えがあって育ったんだという感謝の気持ちを持ってほしいですね。そして今度は、この子が周りの人を支えてあげられる大人になるよう、私も見守っていきます。

## 医



【くすもと医院】  
楠本 守院長

### 子どもの健やかな成長で家族の絆を深めてほしい

子ども医療費の助成制度の拡大は、単なる金銭面の負担軽減だけではないと思います。健康管理という点では、無料化の対象が広がることで、初診に足を運びやすくなるでしょう。新たに対象となる小学校高学年の子どもたちに多い症状は、やはり風邪です。初診が遅れると症状が長引き、家族の負担も大きくなります。周りの人たちの看護疲れや、精神的な不安は、二次感染も引き起こす原因になりますね。他には、気管支炎や肺炎などを発症することもあります。医療が発達した現在では、命の危険につながることはまれですが、症状が悪化したときも、総合病院を紹介するなどの二次対応を速やかに行うことができます。私は開院してから47年間、子どもたちを診ていますが、大人と違って子どもは食欲や顔色、動作などに症状が表れやすいです。お父さん、お母さんは家庭生活の中で、子どもの変化をしっかりと見つけてあげてください。小学校高学年の子どもは特に感受性が豊かな年頃なので、家族の絆を深めて健康な生活を送ることが良い子育てとなるのではないのでしょうか。この制度拡大が、健康や子育ての面でも、家庭へ好影響を与えるきっかけになりますね。

新制度には、どんな影響があるか。まちの声を聴いてみよう。

## 大きなヒマワリ育てよう



4月25日、伊左座小学校で「人権の花」活動が行われ、町の人権擁護委員から3年生の児童にヒマワリの種が贈られました。

種を受け取った児童は「大きなヒマワリに育てて、人権擁護委員の先生を喜ばせたい」と、張り切って種を植えていました。

## 舞台上輝くニュースター



4月27日、中央公民館で水巻少年少女合唱団定期演奏会が行われました。

音楽劇「11ぴきのネコ」などの発表が行われ、巧みな歌唱とユーモラスな演技を披露する子どもたちに、会場からは何度も拍手が送られました。

## ベビーカーが寄贈されました



5月23日、(株)溝口産業(頃末南)から役場へ、ベビーカー2台の寄贈がありました。

営業統括部長の西野さんから寄贈を受けた美浦町長は「小さな子どもを連れて役場を訪れる人のために、ありがたく使わせていただきます」と感謝を伝えました。



## スポーツを楽しむきっかけづくり

水巻ゆう♥あい倶楽部総会・交流会

4月20日、水巻町体育センター(頃末北)で、水巻ゆう♥あい倶楽部の総会・交流会が行われました。交流会は、水巻ゆう♥あい倶楽部の会員でない人も参加できる活動発表イベントです。

ヨガ・太極拳・健康体操キラピクスの実技では、誰でもできる簡単な動きを中心に指導があり、初めての参加者も気持ちよく体を動かしていました。

「こうしたイベントをすることで、多くの人が新しいことに挑戦するきっかけになればうれしいですね」という会員の声。「自分のペースで活動できるから、続けやすいのが水巻ゆう♥あい倶楽部の良いところ。もっと広めていきたい」と熱意を伝えてくれました。



大きなラケットで、えいっ  
春のフレッシュテニス大会

5月11日、総合運動公園で春のフレッシュテニス大会が行われました。この日注目されたのは、新たに創設された「小学生の部」。

子どもたちの持つラケットは、とても大きく見えます。うまく返球のコントロールができない子どもも多いようでしたが、コートを右に左にと元気に走り回る姿で、来場者を楽しませてくれました。

大会の結果は次のとおりです。(敬称略)

【春のフレッシュテニス大会・参加者32人】

- 小学生の部①石橋来沙②古川晴貴
- 一般女子の部①松田陽子・東嶋麻由②堤文恵・甲斐美津代
- 一般男子の部①宮脇ばく・上林貴文②木村真哉・有馬守

あなたの周りの出来事や  
身近な話題をお待ちしています

# まちの Town's Topics わだいの



## 支援センターへようこそ

子育て支援センター「親子で遊ぼう」

4月24日と25日の2日間、子育て支援センターで「親子で遊ぼう」が行われました。月に一度行われるこのイベントには毎回多くの親子が参加。年度初めの4月は「さあ、支援センターデビュー」と題し、初めて訪れる人も含め、57人の親子でにぎわいました。

初めてイベントに参加したお母さんは「支援センターは以前から行ってみたいと思っていたんです。下の子が大きくなったので姉妹で連れて来ましたが、お姉ちゃんと同じくらいの年の子がいて、とても楽しそうでした。イベントも職員の方が変装したり、親子でものづくりをしたりと、こんなにいろいろな内容があると思っていなかったの、ぜひまた来たいです」と話してくれました。



## 緑いっぱいの癒やしの町に

緑の月間街頭募金

4月18日と20日、JR水巻駅前とダイエー水巻店前で、緑の月間街頭募金が行われました。開始時間前から多くの人々が列をつくり、お返しは木や花の苗木のプレゼント。ブルーベリーやアザレアなどの苗木は大変好評でした。

「15年以上この運動を続けていますが、今までにない人ばかり。非常にうれしいですね」と、笑顔で募金を呼びかける水巻町緑づくり推進協議会会長の野坂時夫さん。

2日間の街頭募金で集まった募金額は1万7,822円。その他の募金19万2,100円と合わせて20万9,922円が、町を通じて「福岡県水源の森基金」に贈られました。



5月10日、町内の各小学校で土曜日授業が行われました。ここ伊左座小学校では、将来の仕事や生活を親子で考える場として、キャリア教育講演会を開催。講師には、猪熊小学校栄養教諭の牧平美恵さんを招きました。「給食づくりの基本は、子どもたちの成長健康のために、栄養のバランスを考えることです」と話す牧平さん。給食の大切さや効果などのほかに、学校の栄養教諭になるまでの自身の経緯を紹介しました。

最後に「朝ご飯を毎日しっかりと食べて、苦手な食べ物からも逃げない強い子になってください。夢に向かって進むには、体に良い物を食べて元気に育つことが大切です」と呼びかけると、代表の児童が「バランスの取れたご飯を食べて、夢に向かって進んでいきたい」とお礼の言葉を伝えました。

日々の食事が夢への一歩  
伊左座小学校キャリア教育講演会



- 水巻町スポーツ少年団軟式野球大会**  
●5月5日●総合グラウンド●参加者60人
- ①猪熊ベアーズ②伊左座ヤンキース
- 水巻町ソフトボール選手権大会**  
●5月11日●総合グラウンド●参加者58人
- ①レッド・バイパーズ②S.S (SYARINGANS)

## クイズ 勝負はここどこ?

- この撮影をした場所はどこでしょうか●  
①水巻町 ②岡垣町 ③中間市 ④八幡西区



○はがきにクイズの答えと住所、氏名、年齢を書いて6月20日(金)までに〒807-8501(住所不要)水巻町役場企画広報係へ送ってください。  
☆正解者の中から抽選で3人に500円分の図書カードをプレゼントします。

### 5月10日号の答えと当選

- 答え** ④水巻町  
●応募総数 11  
●正解総数 9

- 当選者** 〈敬称略〉  
▶内田千鶴(古賀)  
▶米田和代(梅ノ木団地)  
▶相澤美智子(古賀)



水巻町古賀の遠賀川河川敷にある、コスモスの花びらをかたどった花壇です。花壇には、毎年4月ごろに3,000本以上のシバザクラが桃色の花を咲かせ、大きな一輪の花となって河川敷を彩ります。

# Giravanz KITAKYUSHU

©2009 GVK

## ホームゲーム&外遊び教室へ水巻町民を無料招待



ギラヴァンツ北九州のホームゲームと、試合前の親子ふれあい外遊び教室に水巻町の皆さんを招待します。

過去最高順位を記録しているギラヴァンツ北九州。高い勝率でサポーターを沸かせるホームゲームに、ぜひ足を運んでみませんか。

### 【ホームゲームへの招待】

- とき・申込期限  
▷6月21日(土) 午後6時(ジェフユナイテッド千葉戦)・申込期限6月17日(火)
- ▷7月5日(土) 午後6時(愛媛FC戦)・申込期限7月1日(火)
- ▷7月26日(土) 午後6時(大分トリニータ戦)・申込期限7月22日(火)

### ●定員 各100人(抽選)

### 【親子ふれあい外遊び教室】

芝生の上で、試合前に親子で楽しく遊びましょう。終了後は試合観戦ができます。

- とき・申込期限  
▷6月21日(土) 午後5時~5時45分・申込期限6月17日(火)
- ▷7月5日(土) 午後5時~5時45分・申込期限7月1日(火)
- ▷7月26日(土) 午後5時~5時45分・申込期限7月22日(火)

- 対象 5歳~小学2年生の子どもとその保護者
- 定員 50人(抽選)

### 【共通事項】

- ところ 本城陸上競技場(八幡西区御開)
- 申込方法 町ホームページから申し込むことができます。必要事項を記入してください。  
※役場企画広報係 ☎ 201-4321 へ電話でも申し込むことができます。
- ※申込人数は最大5人までです。
- 問い合わせ (株)ギラヴァンツ北九州 ☎ 863-6777

**吉田保育園のみそづくり教室**  
国産大豆を使った無添加みそを作ります。誰でもできる簡単なもので、毎年好評のイベントです。  
●とき 7月5日(土) 午後1時から  
●ところ 水巻吉田保育園(吉田西)  
●費用 5000円程度  
※約8・2kgのみそができます。  
●申込期限 6月23日(月)  
●申し込み・問い合わせ 水巻吉田保育園 ☎ 202局7193番



の科目を、1科目から自宅で学ぶことができます。  
●対象  
【教養学部】  
▽15歳以上であれば、誰でも1科目から学習できる科目履修生 選科履修生として入学できます。  
▽18歳以上の大学入学資格のある人は、誰でも全科履修生として入学できます。  
▽短大、専門学校などからの編入学もできます。卒業すると学士(教養)の学位が取得できます。  
【大学院】  
▽18歳以上であれば、修士科目生、修士選科生として入学できます。  
●費用 受講内容で入学金などが異なります。  
●申込期間 6月15日(日)~8月31日(日)  
※入学の相談は随時受け付けています。  
●申し込み・問い合わせ 放送大

学福岡学習センター ☎ (092) 585局3033番  
**タヒチアンダンス・フラダンス無料講座**  
癒やしのハワイアン音楽で、一緒に体を動かしましょう。基本のステップや手の動かし方などから丁寧に教えます。気軽に参加してください。  
●とき 6月16日・23日・30日・7月7日・14日・21日・28日 午後7時~8時30分(月曜日・全7回)  
●ところ 中央公民館  
●定員 20人  
●費用 無料  
●持ってくるもの 飲み物  
●申し込み・問い合わせ ナニフ ラ(津留) ☎ (090) 979



1局1339番  
**第17回中間・遠賀地区母親大会**  
子育て真っ最中の若いパパ・ママはもちろん、子どもが成人したベテランパパ・ママも、子どもの就職や結婚など、親としての悩みは尽きないでしょう。今の厳しい時代を生き抜くために、親子ともに何を育めばいいのか一緒に学びませんか。子どもたちが行うオープニングイベントのストリートダンスも、楽しんでください。

- とき 7月13日(日)
- ▽全体会 午前10時~正午
- ▽分科会 午後1時~午後3時
- ところ 南部公民館
- 講師 齋藤真人さん(私立立花高等学校校長)
- 演題 「いいんだよ」は魔法のことば
- 費用 500円(資料代)
- ※託児もあります。
- 問い合わせ 中間・遠賀地区母親大会実行委員会(花井) ☎ (080) 5200局8662番

# PUBLIC みんなのひろば SQUARE

読者の皆さんが  
つくるページです

地域の出来事やサークル・講座のお誘い、日々の感じていること、イラスト、広報への意見・感想などを寄せてください。  
お問い合わせ 役場企画広報係 ☎ 201局4321番

## みんなに 美味しいおかず Recipe vol.164

# ノーエッグ バナナケーキ



調理：食生活改善推進会

### 作り方

- ①薄力粉とベーキングパウダーを合わせ、ふるう。
- ②クルミを細かく刻む。
- ③無塩バターを常温に戻して軟らかくし、砂糖としっかりと練り合わせる。
- ④③につぶしたバナナと、おからを混ぜ合わせる。
- ⑤④に①を切るように混ぜる。
- ⑥⑤に刻んだクルミを混ぜ合わせ、油を薄く塗った型に流す。
- ⑦180℃のオーブンで約45分焼く。

### 材料・パウンド型1個分

- |            |      |
|------------|------|
| 薄力粉        | 100g |
| おから        | 100g |
| 無塩バター      | 60g  |
| 砂糖         | 50g  |
| クルミ        | 20g  |
| バナナ(熟したもの) | 4本   |
| ベーキングパウダー  | 小さじ1 |

### 料理一口メモ

おからは食物繊維が多く、高タンパク、低カロリー。卵や牛乳を使わない手作りケーキで、アレルギーが心配な子どものおやつにも適した一品です。

1人分 109キロカロリー  
塩分0グラム

I LOVE 国保  
アイラブ

## 第三者行為の届け出を 忘れずに

交通事故にあったり、他人の飼  
い犬にかまれたりするなどの「第  
三者の行為」で、けがや病気をし  
た場合も国民健康保険(国保)が  
使えます。



ただし、医療費は加害者で負担するのが原則です  
ので、国保が医療費を一時的に立て替え、後で加害  
者に請求します。

### ●届け出を忘れずにしましょう。

国保で医療を受けるときは、必ず事前に役場健康  
保険係に連絡し、すみやかに「第三者行為による傷  
病届」を提出してください。

### ●示談は慎重にしましょう。

「第三者行為による傷病届」の提出前に加害者か  
ら治療費を受け取ったり、示談を済ませたりすると、  
国保が加害者に請求できなくなる場合があります。  
また、医療費を返還しなければならない場合もあり  
ます。必ず役場健康保険係に相談してください。

### ●問い合わせ 役場健康保険係 ☎ 201-4321

マル  
得情報  
高齢者

## 60歳からのいきいきライフをサポートします 老人クラブに参加しませんか

老人クラブは、おおむね60歳  
以上の会員で構成される、自主  
的な組織です。

高齢者の皆さんが、いきいきと  
した楽しい毎日過ごすサポート  
となるように、「健康づくり」「生きがいづくり」「仲間  
づくり」などに取り組んでいます。

老人クラブと一緒に活動してみませんか。

### ●活動内容

- ▷健康づくり グラウンドゴルフ、パットゴルフ、ペ  
タンク、卓球、囲碁、将棋の各種大会など
- ▷生きがいづくり 高齢者ネットワーク推進事業、愛  
の一声運動など
- ▷仲間づくり 趣味、文化、スポーツなどを通じた  
親睦活動

●申込方法 町内自治会の老人クラブ会長に申し  
込んでください。

●問い合わせ 水巻町老人クラブ連合会事務局(高  
齢者福祉センター内) ☎ 202-3044



## 効果的な水分補給



塩分の取りすぎに注意。水1ℓあたり、1g  
程度(ひとつまみ)の塩分で十分です。

- ▷1日にコップ6杯程度(約1.2ℓ)  
の水分補給が必要です。就寝前、  
起床時、入浴前後にはコップ1杯  
ずつ水分補給をしましょう。
- ▷日中はコップ半分程度の水分を定  
期的に(1時間に1回程度)補給  
しましょう。
- ▷運動時や作業時など、大量に汗を  
かいた場合は、塩分濃度0.1%~  
0.2%(1ℓに塩ひとつまみ)程度  
の水分摂取が勧められています。
- ▷アルコールは利尿作用が強いので、  
飲酒時には十分な水分補給が必要  
です。
- ▷エアコン使用時には空気が乾燥す  
るので、小まめに水分を取りまし  
ょう。



水分補給を忘れずに

熱中症というのは、高温多湿の  
環境で、体内の水分や塩分のバラ  
ンスが崩れたり、体温の調整機能  
がうまく働かないことによつて起  
こる症状の総称です。

代表的な症状には、筋肉痛や大  
量の発汗、吐き気や倦怠感などが  
あり、重症になると意識障害がい  
どが起ります。

体調が良くない、暑さに体が慣  
れていないなどの状況では、熱中  
症になる危険が高くなります。室  
内にいるときでも熱中症になるこ  
とがあり、就寝中の発症で救急搬  
送された例もあります。

これからの暑い季節を迎え、熱  
中症の危険が高くなりますが、適  
切な予防法を心がければ、未然に  
防ぐことができます。熱中症の正  
しい予防法を身につけましょう。

高温多湿な環境で起こりやすい熱中症ですが、体調がよくない、暑さに体が慣れていない  
などの場合には、それほどの高温でなくても発症することがあるので、特に注意が必要です。  
熱中症は適切な対処で、防ぐことのできる病気です。これから、暑い季節を迎えますので、  
熱中症の予防法を確認しておきましょう。

# 熱中症は予防できまわす

こんにちは保健師です



### 熱中症の予防法

日ごろから次の三つの予防法を  
心がけましょう。

#### ①小まめな水分の補給

人間は軽い脱水状態のときには  
喉の渇きを感じません。そこで喉  
が渇く前から水分を補給しておく  
ことが大切です。

また、高齢者は温度に対する感  
覚が弱く、子どもは体温調節が十  
分にできません。特に注意して小  
まめに水分を補給しましょう。

#### ②室内環境の調節

暑いのを我慢して、エアコンを  
使わなかったことが原因で、熱中  
症になることがあります。熱中症  
の予防には、室温が28℃を超えな  
いような温度調整が必要です。  
エアコンを使った温度調整や、  
室温が上がりにくい工夫(小まめ  
な換気、遮光カーテン、すだれな  
ど)を行いましょう。

#### ③外出時の工夫

日傘や帽子を使用し、通気性の  
良い吸湿・速乾の白系統の衣服を  
着用しましょう。

### 熱中症の症状と対処法

熱中症になったら、症状に合わ  
せた対処が必要です。

●重症度Ⅰ度 めまい、失神、筋  
肉痛、大量の発汗

▽対処法 水分・塩分を補給しま  
しょう。

●重症度Ⅱ度 頭痛、気分の不快  
吐き気・おう吐、倦怠感・虚脱感

▽対処法 足を高くして休みまし  
ょう。自分で水分・塩分をとれ  
なければ、すぐに病院へ行つて  
ください。

●重症度Ⅲ度 意識障害・けいれ  
ん、手足の運動障害、高体温

▽対処法 水や氷で冷やしましよ  
う。すぐに救急車の要請をして  
ください。

## 平成26・27年度の保険料率が決まりました 後期高齢者医療制度

後期高齢者医療制度の保険料率は、実際に必要な医療費の増  
減などに合わせて、2年に一度見直されます。

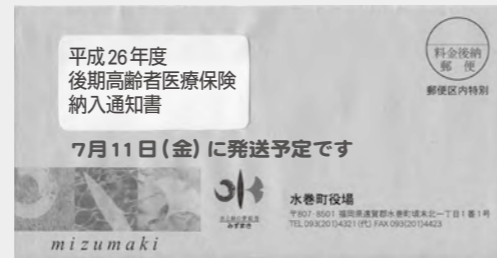
### ●保険料率

	平成26・27年度	平成24・25年度	増減
均等割	56,584円	55,045円	1,539円増
所得割	11.47%	10.88%	0.59%増
賦課限度額	57万円	55万円	2万円増

### ●年間保険料の比較(公的年金収入のみの1人世帯の場合)

年金収入	平成26・27年度	平成24・25年度	増加額	軽減
80万円	5,650円	5,500円	150円	均等割9割軽減
150万円	8,480円	8,250円	230円	均等割8.5割軽減
200万円	72,220円	69,600円	2,620円	均等割2割軽減 所得割5割軽減
250万円	167,840円	160,580円	7,260円	軽減なし
300万円	225,190円	214,980円	10,210円	軽減なし

●問い合わせ 福岡県後期高齢者医療広域連合 ☎ (092)651-3111 または役場健康保険係 ☎ 201-4321



### ●保険料の算出方法

所得割額と均等割額の合算額が、年間保  
険料です。所得割額は、総所得金額等から基  
礎控除33万円を差し引いた金額に11.47%  
をかけたものになります。

# みずまき生活情報

## INFORMATION

水巻町役場 ☎ 201-4321  
FAX 201-4423

中央公民館 ☎ 201-0401  
FAX 201-0411

南部公民館 ☎ 202-2472  
FAX 202-2473

総合運動公園  
・スポーツ振興係 ☎ 201-4000  
・テニスコート ☎ 201-5757

いきいきほーる  
・健康課 ☎ 202-3212  
FAX 202-3621

子育て支援センター ☎ 203-5772  
FAX 203-5806

児童少年相談センター ☎ 203-1555  
FAX 203-1553

図書館 ☎ 201-5000  
FAX 201-0995

歴史資料館 ☎ 201-0999  
えぶり山荘 ☎ 202-6230

障害者福祉センター ☎ 201-0794

高齢者福祉センター ☎ 201-3344

### 消防団長を紹介します

4月1日付で、浅沼政次さん(高松)が、水巻町消防団長に新たに任命されました。



●任期 平成29年3月31日まで  
●問い合わせ 役場庶務係

### お知らせ

緊急情報  
テスト表示しています



町ホームページに、大雨のときなどに配信する緊急情報をテスト表示しています。いざというときのために、パソコンや携帯電話の画面に緊急情報がどのように表示されるのかを確認してください。

URL <http://www.town.mizumi.maki.jp>

●表示期限 6月15日(日)午後11時

●問い合わせ 役場情報政策係

経済センサス基礎調査と商業統計調査が始まります

7月に経済センサス基礎調査・商業統計調査を合わせて実施します。対象は全国の企業・事業所全

てです。6月中旬から調査員が調査票を配布しますので、ご協力をお願いします。

●問い合わせ 役場企画広報係

提出を忘れずに  
児童手当現況届

児童手当現況届の提出手続きが必要な人は、6月上旬に現況届の用紙を送っています。届がない場合は児童手当を受給する資格があっても、6月分以降の手当が受けられなくなるので注意してください。



●提出期限 6月30日(月)

●問い合わせ 役場子育て支援係

税務職員採用試験  
高校卒業程度

●対象 次のいずれかの条件を満たす人  
①平成26年4月1日時点で、高等

夏休み子どもクラブに参加しませんか

読書やさまざまな遊びを楽しみながら、仲間との思い出づくり、居場所づくりを行う子どもクラブに参加しませんか。

●とき 7月22日(火)～8月29日(金)午前9時～午後3時

※土曜日・日曜日・月曜日・出校日、8月13日(水)～15日(金)は除きます。

●ところ 社会福祉法人福祉松快園(吉田南)

●対象 小学1年生～6年生の児童

●定員 おおむね40人(抽選)

●持ってくるもの 弁当・お茶

### より住民の皆さんにわかりやすく 役場庁舎1階の案内表示が変わりました



来庁した皆さんが目的の窓口に迷わず行けるように、役場庁舎1階の案内表示を色と数字で示すことにしました。

●1階窓口の案内表示  
【1階南側】

窓	案内表示(番号・色)
税務課	住民税係 2番・緑色
	固定資産税係 3番・桃色
	納税係 4番・薄紫色
上下水道課	管理係 5番・水色

【1階北側】

窓	案内表示(番号・色)
住民課	住民係 7番・黄色
	健康保険係 8番・薄桃色
	医療・保護係 9番・紫色
福祉課	障がい支援係 10番・黄緑色
	高齢者支援係 11番・赤色
地域・こども課	地域交流係 12番・青色
	子育て支援係 13番・橙色

●問い合わせ 役場住民係

### 募集

遠賀郡民体育大会  
水泳競技参加者募集

●とき 7月6日(日)

●ところ 水巻町総合運動公園プール

●対象 5月1日以前から遠賀郡内に住民登録のあるアマチュア競技者

●申込期限 6月18日(水)

●申し込み・問い合わせ 詳しくは水巻町体育協会(総合運動公園内) ☎ 20104000番へ

自衛隊全般説明会

自衛官になるにはどうしたらよいかを知りたい人への説明会を行います。興味のある人は気軽に参加してください。

●とき 6月22日(日)午前10時～正午

●ところ 中央公民館

### 相談

●申し込み・問い合わせ 役場子育て支援係

労働者を支援します  
日曜街かど労働相談会

賃金未払い、解雇、職場のいじめなどの悩みはありませんか。事前の予約は不要で、専門員が無料で相談に応じます。

●とき 6月22日(日)午前10時～午後6時

●ところ JR小倉駅3階イベン

トスペース(小倉北区浅野)

●内容 個別の面接相談

●問い合わせ 北九州労働者支援事務所 ☎ 5922局3516番

住民相談

高齢や身体が不自由などの理由で、相談に来ることができない人は自宅へ相談員が伺います。

●とき 毎週月曜日・金曜日(祝日は除く)午後1時～4時

※受け付けは午後3時30分までです。

●ところ いきいきほーる

※相談は電話でも受け付けます。

●相談員 住民相談員

●問い合わせ 社会福祉協議会 ☎ 2022局3700番

行政相談

行政相談では総務大臣から委嘱を受けた行政相談委員が相談に応じています。

●とき 6月16日(月)午後1時～4時

※受け付けは午後3時30分までです。

●ところ いきいきほーる

●相談員 行政相談委員

●問い合わせ 社会福祉協議会 ☎ 2022局3700番

子どもの人権110番  
無料電話相談を行います

6月23日(月)～29日(日)は「子どもの人権110番強化週間」です。期間中、いじめや体罰、不登校、虐待など子どもの人権に関する電話相談を行います。

●とき 6月23日(月)～27日(金)午前8時30分～午後7時

●内容 平成25年度入隊実績、平成26年度の自衛官募集予定、陸海・空自衛隊の活動状況など

●問い合わせ 自衛隊福岡地方協力本部芦屋地域事務所 ☎ 223局0981番

学校法人 福岡保健学院 <http://hidamari-ie.jp>  
みずまき助産院 ひだまりの家  
(広い園庭がありますので、いつでも遊びに来て下さい。)

楽しいイベントご案内

詳しくは、助産院ホームページ内の「ひだまりブログ」をご覧ください。

☆6月12日(木)・19日(木) 午後1時～[毎週開催] ▷マタニティヨガ ・参加費 1,000円(要予約)	☆6月19日(木) 午後2時30分～ ▷産後のヨガ ・参加費 1,000円(要予約)	☆6月21日(土) 午後2時30分～ ▷白川先生のお話 ▷絵本の読み聞かせ ・参加費 100円
---	---	---

※当院での出産予定の方は半額。 ※当院での出産予定の方は半額。

妊娠、出産、育児、母乳などに関するお問い合わせ、お気軽にご相談ください。

〒807-0051 遠賀郡水巻町立屋敷1-14-50  
学校法人 福岡保健学院 みずまき助産院ひだまりの家  
TEL: 093-201-7731 FAX: 093-201-7741 Eメール: jyosanin@hidamari-ie.jp

### 愛のおんごきの ありがとう(おまじ)

4月11日～5月13日受付分  
社会福祉協議会

二	香典返し寄付
故 壽崎 幸司様	水巻山野草会様
故 壽崎 登美子様	
故 小林 タケ子様	
故 小林 ケ子様	
故 光基様	
故 一喜様	
故 永沼 靖様	
故 大塚 利幸様	
故 安増 昌弘様	
故 岩田 輝親様	
故 岩田 亮子様	
故 白石 ヨシコ様	
故 白石 ショコ様	
故 明洋様	
故 利次様	
故 茂利様	
猪熊	

支払いが困難なときには相談してください

# 国民年金保険料の免除・猶予

国民年金 アラカルト



平成26年度の国民年金保険料は、月額15,250円ですが、所得が少ないときや失業などで保険料を納付することが経済的に困難な場合、申請することで保険料の免除または猶予を受けられる制度があります。

## 免除・猶予の概要

### 【全額免除・一部免除】

本人・配偶者・世帯主のいずれの所得も基準以下のときは、保険料の全額または一部を免除することができます。

平成26年7月～平成27年6月分の免除は、平成25年中の所得で判断されます。

### ●全額免除・一部免除となる所得限度額

免除の種類	前年の所得限度額
全額免除	(扶養親族等の数+1) × 35万円+22万円
4分の3免除	78万円+(扶養親族等の数×38万円)+社会保険料など
半額免除	118万円+(扶養親族等の数×38万円)+社会保険料など
4分の1免除	158万円+(扶養親族等の数×38万円)+社会保険料など

### 【失業・災害などでの免除(特例免除)】

失業や災害などが原因で保険料の納付が困難なときは、全額免除・一部免除の基準を満たさないときでも、免除となることがあります。

### 【若年者納付猶予】

世帯主の所得のために全額免除・一部免除に該当しなくても、30歳未満の人は、本人・配偶者のいずれも失業中または全額免除に該当する所得のときに申し込むことができます。

### 【学生納付特例】

学生には、申請することで保険料納付の猶予が受けられる学生納付特例の制度があります。申し込みには

学生証の提示が必要です。

### ●対象 次の条件を満たす人

▷大学、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校などに在学

▷申請者の前年所得が「118万円+(扶養親族等の数×38万円)+社会保険料など」以下

### 【免除・猶予期間の取り扱い】

免除・猶予を受けている期間は、年金を受けるための資格期間として算入されます。免除・猶予を受けずに保険料を未納のままにすると、年金を受ける資格を失うことにつながります。年金は老後だけの問題ではありません。若年者でも、未納があったために障害年金・遺族年金が受けられず苦しむことがあります。納付が困難な事情があるときは、未納のままにせず免除・猶予などの相談を行ってください。

免除・猶予を受けた保険料は、10年以内であれば後から納付することができます。

## 申込期間や対象期間の拡大

これまで、さかのぼって免除・猶予が受けられる期間は、申し込みの直前の7月(学生納付特例は直前の4月)までの1年以内でしたが、平成26年4月から申請日の2年1か月前までは、さかのぼって免除・猶予を受けることができるようになりました。未納のある人は、早急に免除・猶予の申し込みをしてください。

また、災害・失業などを理由とした特例免除は、災害・失業などの前月から翌々年6月までの期間について、申請ができるようになりました。

## 申し込みは役場医療・保護係へ

免除・猶予の申し込みはいつでも、役場医療・保護係窓口で行うことができます。詳しくは問い合わせてください。

●問い合わせ 役場医療・保護係 ☎ 201-4321

地域活動のまとめ役、区長を紹介

●問い合わせ 役場地域交流係 ☎ 201-4321

# 地域のぬくもりを作っています

水巻町には現在30の自治会(区)があり、自治会では、子ども会や老人会、清掃活動、防犯活動など、さまざまな地域活動を行っています。

自治会(区)の代表者が区長です。区長は地域のリーダーとして、自治会と行政のパイプ役を務めるなど、住みよい町づくりのために活躍しています。

### ●区長のおもな仕事

▷役場やほかの自治会との連絡調整

▷地域住民への情報の連絡・回覧

▷地域の陳情・要望の取りまとめ

自治会への加入は、随時受け付けています。一緒に、あったかなまちづくりをしませんか。



地域のことは、気軽に問い合わせてください。



みずほ区のさくらまつり

## ●平成26年度区長名簿 (敬称略)

※所属する区が不明な場合は、役場地域交流係まで問い合わせてください。

	区名	氏名	電話番号		区名	氏名	電話番号
伊左座校区	立屋敷			頃末校区	中央区		
	みずほ				鯉口団地		
	伊左座				鯉口分譲		
	二				美吉野		
	サニニュータウン			吉田校区			
	下二				吉田一		
	のぞみ野				吉田二		
			吉田三				
			吉田団地				
頃末校区	宮尾台			猪熊校区	猪熊		
	頃末北				高松		
	頃末南				樋口		
高尾			おかの台				

個人情報のため掲載を控えています

## ●平成26年度区長会役員

【会長】

【副会長】

【事務局長】

【会計】

この広報紙は再生紙を使用しています。

「昔は炭鉱で栄えた水巻町」と何度も聞いたことはありますが、今回はその「炭鉱の世界」を目にする貴重な場となりました。(小橋)

「ビッグニュースです。町ホームページが、全国広報コンクールで入賞しました。それも、総務大臣賞と読売新聞社賞のダブル受賞。わかりやすさを心がけた取り組みが認められたようです。町ホームページができたのは、平成15年ごろのことです。当時は、役場がホームページを持つ必要性からなかった10年程度ですが、情報分野の価値観が変わるのは早い。今では、ホームページの無い自治体なんて考えられませんよね。ホームページを担当している情報政策係の皆さん、本当におめでとうございます。いつかは、「広報みずまき」が全国入賞したという話題を伝えられるよう、負けずにがんばります。(村岡)

広報みずまき編集後記





# BABY PHOTOALBUM [赤ちゃんアルバム]



町内の元気いっぱいな1歳の赤ちゃんを掲載しています。

誕生月の前月15日までに赤ちゃんの写真を持って申し込んでください。(定員12人・先着順)

8月生まれの赤ちゃんは、7月15日(火)までに役場企画広報係へ申し込んでください。

●申し込み・問い合わせ 役場企画広報係 ☎ 201-4321

早く大きくなって、  
なだちと遊ぼうね  
お兄ちゃん



美吉野 かりや 薫乃ちゃん  
25年6月20日生まれ

お誕生日おめでとう！  
元気にすくすく育ってね



古賀 みやざき たくみ 宮崎 拓末ちゃん  
25年6月10日生まれ

いつもニコニコ元気でいてね



古賀 おかじま いちさ 岡島 依千紗ちゃん  
25年6月29日生まれ

1歳の誕生日おめでとう  
兄弟仲良くな★



樋口東 うりゅう そうた 瓜生 蒼汰ちゃん  
25年6月18日生まれ

わが家のアイドル❤️これから  
も元気に大きくなってね！



猪熊 やの とうまる 矢野 琥丸ちゃん  
25年6月16日生まれ

蓮ちゃん、1歳おめでとう  
幸せな笑顔をありがとう★



緑ヶ丘 あざとみ かれん 浅富 佳蓮ちゃん  
25年6月17日生まれ

## 活動 頑張ってます！ 町内の頑張っている人を紹介するコーナーです

ボーイスカウトの魅力を  
多くの人に知ってほしい



はらだ りえ 原田 理恵さん(二東)

- 生年月日 平成6年3月29日
- 所属 ボーイスカウト遠賀第3団
- 特技 スキューバダイビング
- 趣味 化粧品集め

ボーイスカウト遠賀第3団で活動し、富士章(高校生世代のスカウトに与えられる最高位の章)を受章した原田理恵さんを紹介します。

### ●ボーイスカウトに参加したきっかけは。

幼稚園の年長組のときに、誰でも参加できるボーイスカウトの野外イベントがあり、それに母親が連れて行ってくれたのがきっかけでした。母親は、ホットケーキを焼く体験に大喜びしている私を見て、そのまま入隊させることにしたそうです。

### ●ボーイスカウトの魅力を教えてください。

ロープワークや飯ごう炊さんなどの技術を学べたり、協調性やリーダーシップが身に付いたり、良いところがたくさんあると思います。何といっても魅力的なのは、野外キャンプやザリガニ釣りなど、楽しい活動ばかりだということです。

### ●思い出に残っている出来事は。

高校生以上の世代は、正式にはボーイスカウトではなく、ベンチャースカウトといいますが、野外イベントを自ら企画するのが主な役割になります。仲間と企画を練るのは、意見交換を楽しみながら、自分の立場や可能性を見つめるかけがえのない時間です。

その中でも、2年前に他の団と合同で行った「いかた作り」は、事前の準備から、安全計画、練習、実際の川下りまで、リーダーとして直接的に関わったので、盛況のうちに終わったときの達成感はひととき強いものでした。

### ●今後はどのように活動していきますか。

私自身が心から楽しんで活動を続けようと思います。小さな子ども以上にはしゃいでいる私を見て、多くの人がボーイスカウトに興味を持ってくれればうれしいです。