

令和4年度 人吉市国民健康保険加入者の 健康実態をお知らせします

国民健康保険は、病気やけがをしたときに安心して医療を受けられるように、お金（国保税）を出し合って医療費を負担する制度です。

メタボ該当者や予備群の割合が高くなっています

メタボリックシンドローム（メタボ）該当者や予備群の割合が、同規模自治体などと比較すると高いことが分かります。偏った食生活や運動不足、ストレス、喫煙などの生活習慣が原因となっている場合が多く、進行することで生活習慣病を引き起こすことがあります。

■ メタボ該当者 ■ メタボ予備群

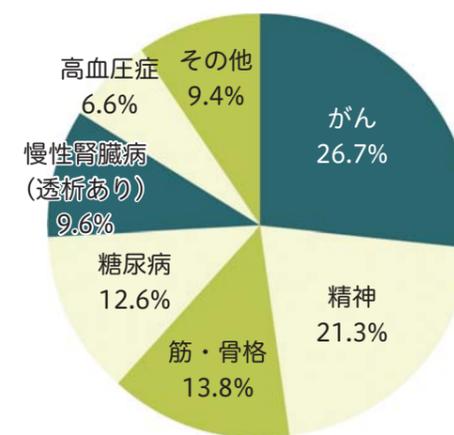


医療費の割合は生活習慣病が多くを占めています

糖尿病や高血圧症、慢性腎臓病（透析あり）などの生活習慣病と言われる病気の割合を合わせると、医療費に占める割合が一番高くなっています。

1年に一度、健診を受診し体の状態を知ること、さまざまな病気の予防、または生活習慣病予防につながり、重症化を防ぐことができます。

疾病別の医療費割合



年に1回、特定健診を受診しましょう！

市では、40歳以上75歳未満の国民健康保険加入者を対象に、特定健診を行っています。病気の自覚症状が無い場合、気付いたときには重症化していたということがないよう、ぜひ特定健診を受けましょう。

令和6年度の健診の申し込みが始まります。詳しくは23頁をご覧ください。

問合せ 市市民課国保年金係（☎22-2111 内線1021）

うおくむはあと 3月の案内

さざなみ☆うおくむはあと
は、子育て中の親子が気軽に集って交流する場です。
時間 午前10時～
場所 さざなみ保育園



6日(水) 年齢別活動(0歳児)
7日(木) 年齢別活動(1・2歳児)
13日(水) ふれあいサロン
14日(木) 子育て講座「バレット②」、講師：荒川美紀さん、場所：いこいの家さざなみ

※サークル活動、自由利用、保育相談はいつでも受け付けています。
開所時間 平日午前9時～午後5時
利用料 無料(材料代などを除く)
申込・問合せ さざなみ☆うおくむはあと(☎22・7177)、さざなみ保育園(☎22・5519)

「おでかけ九ちゃん」へ 遊びに来ませんか？

九ちゃんクラブ「ふれあい広場」があなたのまちへ出張します。

期日 2月19日(月)
時間 午前10時30分～正午
場所 中原コミセン
テーマ 「さんぽ、小さな春探し」
対象 おおむね3歳未満の乳幼児とその保護者
定員 8組程度
※2月16日(金)までに申し込ん

でください。
申込・問合せ ほつとステーション九ちゃんクラブ(☎32・9566)

Dカフェ青い鳥 3月の案内

認知症カフェ「Dカフェ青い鳥」は、認知症の人やそのご家族、地域住民、認知症に関心のある人など誰でも気軽に集い、交流や情報共有ができる憩いの場です。お茶やコーヒーを用意しています。気軽に参加ください。

期日 3月13日(水)
時間 午前11時～午後2時
場所 二条橋いこいの家(上青井町181番地)
参加費 1人100円
問合せ Dカフェ青い鳥(☎22・3493)

講座

人吉市青少年育成市民会議 育成部会講演会

青少年を地域で安全・安心に育成できる環境を整えることを目的に、地域の関係団体と連携・協力しながら活動している人吉市青少年育成市民

物価高騰対応重点支援給付金

令和5年度の住民税均等割が非課税の世帯に対し、給付金（1世帯あたり7万円）を支給します。

対象となる世帯	
①	令和5年12月1日時点で人吉市に住民登録があり、同一の世帯に属する全員が令和5年度住民税均等割非課税の世帯 「確認書」を発送しています。内容を確認後、必ず返信してください 提出期限 4月30日(火) ※当日消印有効
②	令和5年1月2日以降に人吉市に転入した人がいる世帯または令和5年度住民税未申告の人がいる世帯で、令和5年度住民税均等割非課税世帯 市福祉課（市役所1階7番窓口）での申請が必要です 申請期限 4月30日(火) ※土・日曜、祝日を除く 必要書類 ・物価高騰対応重点支援給付金申請書 ・本人確認書類（運転免許証、マイナンバーカード、保険証など）の写し ・振り込みを希望する口座が確認できる書類の写し ・非課税証明書

※住民税が課税されている人の扶養親族だけで構成する世帯も支給対象です。

※支給条件や必要書類など詳しくは市ホームページをご確認ください。



▲市ホームページ

問合せ 市福祉課福祉政策係（☎22-2111 内線1251）



▲申し込みフォーム

申込方法 申し込みフォームから申し込むか、市ホームページから申込用紙をダウンロードし、ファクスで申し込んでください。
問合せ 市社会教育課生涯学習係（FAX 22・7028）