

塩谷郡市医師会リレーコラム
シリーズ「かかりつけ医のことば」

問い合わせ／〒329-1312 さくら市桜野1319-3
さくら市氏家保健センター内
塩谷郡市医師会

第10回「ひとりひとりの努力」

コロナ禍の中、地域の医療機関や専門病院の負担が大変なことになりつつあると聞きます。

私は今、がんセンターで治療を受けています。がんセンターはその専門性からもコロナ対策には大変な注意を払っています。

最初に私が主治医の先生から「もしコロナ患者が出たら、治療の中止あるいは延期になることを了解しておいてください」と説明を受けました。私は幸いにして治療を始められましたが、その後の治療がいつコロナによって延期あるいは中止になるかと気にはなります。

テレビ報道の街頭インタビューなどで「身近にいないので気にしていませんでした」と話している方がいますが、身近に感じた時には遅いのです。インフルエンザもあつという間に流行します。感染症とはそういうものなのです。

植木医院 院長 植木 雅人（塩谷町）

コロナの患者さんにおいては、最近が高齢者だけではなく若い方たちの重症化の話も聞くようになりました。

まだまだ寒い日が続きます。道路の凍結による交通事故やスキーなどによる骨折などの外傷、脳卒中・心筋梗塞など命に係わる救急疾患は冬に多い傾向があります。

コロナで病院機能がひっ迫するようになれば、ご家族あるいは友人が受診しても「申し訳ありません、他の病院を探してください」と断られるかもしれません。「何とかしてしてください、お願いします」と言われてもどうしようもない事態になってしまうかもしれません。

また、がんや難病の方たちの治療の遅れなどによって不幸なことが起きてしまうかもしれません。

私たちは、不眠不休で命を繋いでくださっている医療従事者の方たちへの感謝の思いを持つとともに、1人ひとりが感染予防に努めることでその負担を少しでも軽くしてあげなければいけないのではないのでしょうか。

マイナンバーカード
休日窓口開設のお知らせ

問い合わせ／市民課 ☎（43）1117
FAX（43）5962

平日にマイナンバーカードの申請や受け取り・更新が困難な方のために、休日窓口を開設します。

ご希望の方は休日開設日の2日前までに必ず電話でご連絡ください。

日時／2月20日（土）9：00～12：00

※交付には1人当たり15分ほど時間がかかります。

※必ず本人が来庁してください。15歳未満の方は、本人と法定代理人と一緒に来庁してください。

※マイナンバーカードには、プライバシー性の高い個人情報記載されないほか、偽造防止のためのさまざまなセキュリティ対策が施されていますので、安心して申請いただけます。

必要なもの／

- ①通知カード
- ②交付通知書（はがき）※交付時
- ③本人確認書類（AまたはB）
 - A：顔写真有1点
…運転免許証・パスポート・在留カード・障害者手帳 など
 - B：顔写真無2点
…保険証、年金手帳（証書）、こども医療受給資格者証 など
公的機関が発行したもの
- ④住民基本台帳カード ※お持ちの方のみ
※電子証明書書の更新は、暗証番号をご確認のうえ、マイナンバーカードをお持ちください。



国民年金
保険料の前納制度のご案内

問い合わせ／大田原年金事務所 ☎（22）6311
矢板市市民課 ☎（43）1117

国民年金には保険料の前納制度があります。最大で4月分から翌々年3月分までの2年分の前納が可能です。

口座振替の申込期限は、1年・2年前納と6カ月前納の前期分が2月末、6カ月前納の後期分が8月末となっています。

現金による前納は4月に送付される納付書での納付となり、2年前納を希望される場合は大田原年金事務所へご連絡が必要になります。ぜひご利用ください。

【令和2年度の保険料額と割引額】※（ ）は毎月納める場合と比較した割引額現金による納付

早割(当月未納付)	6カ月前納	1年前納	2年前納
なし	98,430円 (810円)	194,960円 (3,520円)	383,210円 (14,590円)

口座振替による納付

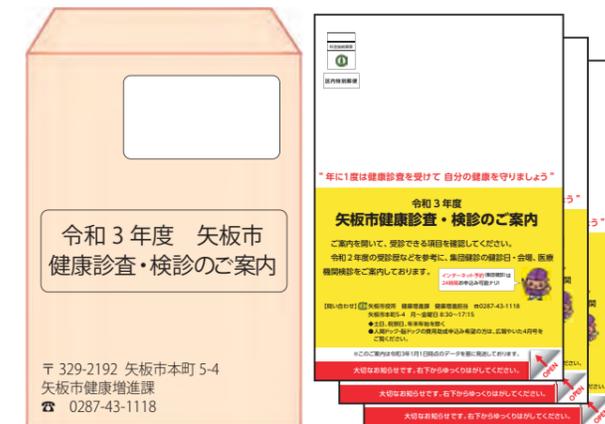
早割(当月未振替)	6カ月前納	1年前納	2年前納
16,490円 (50円)	98,110円 (1,130円)	194,320円 (4,160円)	381,960円 (15,840円)

令和3年度健康診査・検診
のご案内通知を送付します

問い合わせ／健康増進課 ☎（43）1118

令和2年度の受診履歴を参考に、個人ごとに日程や会場を指定した案内通知を3月に郵送します。年に1度は健康診査を受けましょう。

- ※1人世帯の場合は、案内通知のみ郵送します。
- ※2人以上の世帯は、世帯分の案内通知をまとめて入れた封筒を郵送します。
- ※電話やインターネットで、指定された日にちや受診項目を変更することができます。



※郵送される封筒イメージ

※案内通知イメージ

消費生活センターからの
お知らせ

問い合わせ／
市消費生活センター（くらし安全環境課内）
☎（43）3621

フリマサービスでのトラブルにご注意ください！

近年では、生前整理や終活の意識もあり、フリマサービスの利用が高齢者にも広がっています。フリマサービスでの取引は、基本的に売主と買主との個人間の取引です。

利用規約で、トラブルは当事者同士で解決するように求められていることをよく理解しましょう。また、利用するときは、利用規約をよく読み、サービスの仕組みや禁止行為などを確認することが大切です。

「固定電話が使えなくなる」といった勧誘にご注意ください！

NTT東日本とNTT西日本は2024年以降、固定電話のIP網への移行に伴い、電話会社内の設備切替を予定しています。

この設備切替に便乗し「電話機や固定電話の番号が使えなくなる」といった勧誘文句で営業をする業者に注意しましょう。設備切替に伴う手続きや工事は不要で、現在使用中のものをそのまま使うことができます。

●消費生活に関する事で「おかしいな」「困ったな」と思ったときは、ひとりで悩まず、消費生活センターへ相談してください。※来所による相談をご希望の場合でも、まずは電話での相談をお願いします。事前の予約がない場合や、相談が混み合っているときはお待ちいただく場合があります。

補聴器
ジュエリきくち
ダイユー矢板店前 木曜休
営業時間 10:00~18:30
0287-43-1347

認定補聴器技能者
菊地 理
不安とか心配な日々が続いていますが、明けない夜はありません。みんなで頑張りましょう！アルコール消毒、感染症対策してお待ちしています。

お困りごと、ありませんか？
新聞が本がスマホが見えにくい
パールネックレスの糸がゆるんで…大切な席で切れたら大変！
指輪がゆるいキツイ
腕時計が…止まっていた
電池交換
お家メガネをオススメします