

塩谷郡市医師会リレーコラム シリーズ「子どものカルテ」

第1回「医療機関のかかりかた」

生まれたばかりの赤ちゃんに初めて接したおおかさん、おとうさんは、少し触れただけでこわれそうな姿に、抱き上げるのもおそろおそろだったかもしれません。赤ちゃんや子どもは多くの援助を必要とする弱い存在です。大人と違った子ども特有のさまざまな病気にかかります。

塩谷郡市医師会では、今回から小児科の先生方が中心となり、「子どものカルテ」というリレーコラムを始めます。子育て中、孫の面倒を見ている方に限らず、多くの方に子どもの病気についての理解を深めていただきたいと思います。ご意見や取り上げて欲しいテーマなどがありましたら、塩谷郡市医師会までご連絡ください。

第1回は、「医療機関のかかりかた」について、お話しします。医療機関を受診する時ですが、保険証、受給者証、母子手帳、お薬手帳は必ず持参してください。着替えやおむつ、普段遊んでいるおもちゃ、ビニール袋、タオルなども持参した方がいいでしょう。体温の記録、下痢便や血が

●ご意見やご質問、取り上げてほしい病気などありましたら塩谷郡市医師会までお便りをお寄せください。
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

岡医院 院長 岡 一雄 (さくら市)

混じった時の便も持参ください。自宅での咳がひどい時やじんましんなどの発疹の状態は、ケータイで撮った写真や動画が診察に役に立つ場合があります。また、なるべく着脱しやすい服装で連れてきてください。

医療機関には、普段の状態をよく把握している方が連れてくるのが理想ですが、無理な場合は、いつから熱が出ているか、どんな症状があるか、などのメモを書いてもらって、持参するといいいでしょう。

高血圧や糖尿病などの慢性疾患の大人の方は、かかりつけ医を決めていると思いますが、子どもの場合も、かかりつけ医を決めた方がいいでしょう。そして、平日の昼間はかかりつけ医に診てもらい、休日や夜間に具合が悪い場合は当番医や夜間診療室で診てもらいましょう。

平日夜間や休日に受診するべきかどうか迷った時は、県が運営している「とちぎ子ども救急電話相談」局番なしの# 8000、または☎ 028 (600) 0099 に相談してください。

マイナンバー制度 不審な電話や訪問にご注意ください！

問い合わせ／
市民課 ☎ (43) 1117 FAX (43) 5962
マイナンバーコールセンター ☎ 0120 (95) 0178

窓口延長時の個人番号カード交付に「事前予約制」を導入します

窓口でお待ちいただく時間をできるだけ短縮し、スムーズにお渡しできるよう、毎週月曜日(月曜日が休みの場合は、翌日)の窓口延長時の個人番号カード交付には「事前予約制」を導入します。窓口延長時にカード交付をご希望の方は、事前に市民課 ☎ (43) 1117までお電話ください。
※通常の業務時間帯(8:30~17:15)は予約不要です。

マイナンバー制度に便乗した不審な電話や訪問にご注意ください

国のコールセンターや各地の自治体、消費生活センターなどに、マイナンバー制度に便乗した不正な勧誘や個人情報取得しようとする電話、手紙、メール、訪問等の情報が寄せられています。

不審な電話や訪問には応じず、内容に応じて相談窓口をご利用ください。

《このような電話、手紙、メール、訪問などにご注意ください》

○市や国の省庁等がマイナンバーの手続きで金銭の要求や、口座番号や資産、家族構成等の情報の要求をすることはありません。絶対に応じないでください。

○ATMの操作をお願いすることはありません。

○「あなたの名前やマイナンバーを貸してほしい」といった依頼は詐欺の手口です。こうした手口で人を欺いて他人のマイナンバーを取得することは、法律により罰せられます。なお、不正な提供依頼を受けて自分のマイナンバーを他人に教えてしまっても、刑事責任を問われることはありません。

○「有料サイトの登録料金が未払いになっており、放置すると訴訟履歴がマイナンバーに登録される」などとして、業者への連絡を求めるメール等の事例がありますが、マイナンバーの利用範囲は法律で決められており、マイナンバーから訴訟履歴が明らかになるようなことはありません。

○マイナンバーに関する通知で、配達員が代金を請求したり、口座番号などの情報をお聞きすることはありません。

《マイナンバー制度全般のご相談》

●マイナンバー総合フリーダイヤル
☎ 0120 (95) 0178
平日 9:30~22:00
土・日・祝日(年末年始を除く) 9:30~17:30

《不審な電話や訪問、商品の送付などがあつたら》

●警察相談専用電話 ☎ # 9110 または最寄りの警察署まで
●消費者ホットライン ☎ 188 (いやや!)

5月の集団健康診査日程

※市ホームページに健診日の混雑状況を掲載しています。どうぞご覧ください。
申込・問い合わせ/健康増進課 ☎ (43) 1118
HP <http://www.city.yaita.tochigi.jp/>

特定健診を受診される方は、保険証と受診券(国民健康保険以外の方)を必ずお持ちください。(※お忘れになると、当日受診できませんのでご注意ください。)

お申し込みをされていない方で受診希望の方や、日程変更を希望する際は、必ず健康増進課へご連絡ください。(※健診予定日に発熱やせきなど、体に異常がある場合は、後日改めて受診してください。)

	受付時間	場 所	特定健診	胃・肺・大腸がん	前立腺がん	乳・子宮がん	骨粗しょう症	備考
10日(火)	8:30 5 10:30	片岡公民館				○	○	※女性のみ
11日(水)			○	○	○			
13日(金)			○	○	○			
17日(火)		文化会館 小ホール	○	○	○			
19日(木)		片岡公民館	○	○	○			
20日(金)			○	○	○			
21日(土)			○	○	○	○	○	
24日(火)						○	○	※女性のみ
25日(水)			○	○	○			
29日(日)		泉公民館	○	○	○	○	○	
31日(火)	○		○	○	○	○		

国民年金 4月上旬に保険料「納付書」をお送りします

問い合わせ/大田原年金事務所 ☎ (22) 6311
矢板市市民課 ☎ (43) 1117
FAX (43) 5962

平成28年度の国民年金保険料は月額16,260円です。

国民年金からは、老齢基礎年金のほか、障害基礎年金や遺族基礎年金が支給されます。また、納めた保険料は全額が社会保険料控除の対象になります。

国民年金の保険料は毎年改定されますが、平成28年度は月額16,260円です。日本年金機構から4月上旬に送付

されてくる1年分の「納付書」で、翌月の末日までに納めてください。

なお、保険料は原則納付期限から2年を過ぎると納められなくなりますので、ご注意ください。

納付窓口は、金融機関(ゆうちょ銀行を含む)、またはコンビニエンスストアです。ほとんどの金融機関で口座振替もできますので、ご利用ください。

※年金事務所でも口座振替の申し込み(郵送可)ができます。

「キッチン、お風呂、トイレのリフォームは当店におまかせ!」

地元密着。プランニングから施工、修理まで責任をもって対応させていただきます。

お風呂、台所、トイレ、洗面所など水まわりのお悩みがあれば、お気軽にご相談ください。御見積りは無料です。



市内唯一認定TOTOリモデルクラブ店
総合エネルギー(電気・ガス)&リフォーム

岩助株式会社 スミスケ

矢板市針生71-3 ☎ 0287-43-0220

フリーダイヤル0120-82-5541

矢板市商工会会員・矢板市上下水道指定工事店