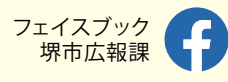


最新の市政情報は、ホームページやSNSでご覧になれます。



# 健康

## 薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」



青少年の大麻や覚せい剤などの乱用が社会問題となっています。またSNSなどで「大麻はたばこやお酒より安全」といった誤った情報が広がっています。薬物は強い依存症と心身に悪影響があり危険です。「一度くらいなら大丈夫」という軽い気持ちで近付かないでください。

問 環境薬務課 (☎222-9940 FAX222-9876)

## 不妊症・不育症で悩みを抱える方同士で話しませんか

助産師などのアドバイザーが参加し、情報交換や交流をします。

日時 6月8日(木)14時30分～16時  
場所 市役所

要申込 6月7日までに問へ  
個別相談も同日開催(11ページ「今月の相談」参照)。

問 子ども育成課 (☎228-7612 FAX228-8341)

### 健康メモ

#### 腰部脊柱管狭窄症 (ようぶせきちゅうかんきょうさくしやう)

腰部脊柱管狭窄症とは中、高年で起きる腰の病気のひとつで、特に70才以降で多くみられます。加齢や仕事の負担、普段の姿勢などの影響で年々背骨が変形したり、ずれたりねじれが生じる事により脊柱管(脊柱管とは背骨の中の脊髄が通る管です。)が狭くなり、中の神経が圧迫され下肢のしびれや筋力低下、歩行障害が生じる病気です。

運動不足や喫煙、高血圧、糖尿病も危険因子です。特徴的な症状に歩くと足がしびれて歩行できなくなり、腰を前かがみにして休息すると改善して歩行できるという間欠性跛行(かんけつせいはこう)があります。

治療にはまず薬物治療やリハビリテーションが行われますが、歩行障害が進行し、日常生活に大きく影響するようならば手術治療が行われます。狭くなった脊柱管を広げます。また広くした脊柱管に金属の棒やねじで背骨を固定することもあります。

腰部脊柱管狭窄症で困っている方は近くの整形外科を受診してください。

【堺市医師会】

## 石綿(アスベスト)検診

胸部エックス線画像をもとに、石綿関連所見の有無を判定します。

「要精密検査」と判定された方は、市内医療機関で胸部CT検査を実施します。

対象 市内在住で、市の肺がん・結核検診時などに撮影した胸部エックス線画像を提供できる方

要申込 8月18日までに問へ

問 保健医療課 (☎228-7582 FAX222-1406)

## HIV即日検査

日時 6月15日(木)10～11時  
結果は13時15分から

場所 堺市保健医療センター(堺区甲斐町東3丁2-6)

保健センターでは毎月、無料でHIV検査と梅毒・クラミジア検査が受けられます。

問 保健センター (☎FAX区版1ページ)か 感染症対策課 (☎222-9933 FAX222-9876)

# 税金

## 市・府民税納税通知書 6月上旬に送付

納税通知書に同封する「課税明細書」や「市・府民税特別徴収税額通知書」は、公営住宅の収入申告などに必要な所得・課税証明書の代わりに利用できる場合があります。

問 市民税課 (☎0570-001-731か ☎FAX区版1ページ)

## 今月の納税 市・府民税第1期分



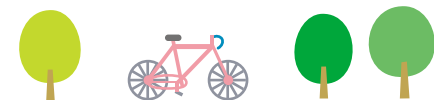
納メ～る

納期限 6月30日  
納付方法 納付書か 市HP(QRコード)参照



「地方税お支払サイト」の利用でクレジットカード納付が可能です(システム利用料がかかります)。

問 納税課 (☎FAX区版1ページ)か 税務運営課収納係 (☎228-3957 FAX228-7618)



# 保険・年金

## 国民健康保険料 軽減・減免制度

保険料は前年中の賦課対象所得をもとに算定します。

### 軽減制度

- 対象 離職日時点で64歳以下の、次に該当する方
  - ▷倒産・解雇などで離職した特定受給資格者
  - ▷雇い止めなどで離職した特定理由離職者

期間 離職日翌日～翌年度末

要申請 詳しくは問へ

### 減免制度

- 対象
  - ▷事業の休業止や失業などで所得が大幅に減少した方
  - ▷災害などで住宅などに著しい被害を受けた方

要申請 詳しくは問へ

問 区役所保険年金課 (☎FAX区版1ページ)

## 国民健康保険 大阪府統一保険料率について

受益と負担の公平性の観点から、令和6年度より府内全市町村で保険料率が統一される予定です。詳しくは市HPへ

問 区役所保険年金課 (☎FAX区版1ページ)

## 国民健康保険 高額療養費の申請をお忘れなく

1カ月ごとに所定の限度額を超えた場合、高額療養費を支給します。

対象 医療機関などに支払った一部負担金(保険診療分)

### 要申請

受診月の翌月から2年を超えると申請できません。

詳しくは 市HP(QRコード)参照



問 区役所保険年金課 (☎FAX区版1ページ)

## 一定の障害のある65歳以上の方 後期高齢者医療制度に加入できます

医療費の窓口負担が1割か2割になります(現役並み所得者を除く)。ただし、加入月から保険料がかかります。

対象 65～74歳で次のいずれかに該当する方

- ▷身体障害者手帳1～3級と4級の1部
- ▷療育手帳A
- ▷精神障害者保健福祉手帳1・2級
- ▷障害年金1・2級

要申請 詳しくは問へ

問 区役所保険年金課 (☎FAX区版1ページ)

## 国民年金の年金額

法律の規定により、今年度の年金額は表のとおりです。

4月分から

年金の種類(基礎年金)	対象	年額(内は月額換算した額)	
老齢(満額)	67歳以下	79万5,000円(6万6,250円)	
	68歳以上	79万2,600円(6万6,050円)	
障害	1級	67歳以下	99万3,750円(8万2,812円)
		68歳以上	99万750円(8万2,562円)
	2級	67歳以下	79万5,000円(6万6,250円)
		68歳以上	79万2,600円(6万6,050円)
遺族(加算対象の子1人の時)	67歳以下	102万3,700円(8万5,308円)	
	68歳以上	102万1,300円(8万5,108円)	

問 堺東年金事務所 (☎238-5101)か 区役所保険年金課 (☎FAX区版1ページ)

## 平日の届け出が難しい方に 国民健康保険 日曜窓口を開設



受付 加入・脱退の届け出や保険料の納付相談など

日時 6月25日(日)9～12時

場所 区役所保険年金課

問 区役所保険年金課 (☎FAX区版1ページ)

## 柔道整復師などの施術を受ける方へ

国民健康保険や後期高齢者医療制度で、柔道整復・はり・マッサージなどの施術を受ける場合、肩こりや筋肉疲労など保険が適用されない場合があります。

国民健康保険を使って施術を受けた方に、市と業務提携している事業者(コアジャパン)や市担当者から施術内容確認の照会文書を送付したり、電話で問い合わせたりする場合があります。

医療費適正化のためにご協力をお願いします。

詳しくは市HP (QRコード)参照



問 国民健康保険は 国民健康保険課 (☎228-7522 FAX222-1452) 後期高齢者医療制度は 大阪府後期高齢者医療 広域連合給付課 (☎06-4790-2031 FAX06-4790-2030)