

高島市民病院健康出前講座をご活用ください

高島市民病院の職員が専門職の知識と経験を生かして、分かりやすく楽しく健康情報をお届けします。

講座テーマ

呼吸筋をきたえよう
性(いのち)の教室
今から予防で元気な体
食べる楽しみをいつまでも保つために大切なこと
いざという時、役立つ応急処置
女性のためのイキイキ講座
もし、災害が起こったら…
健幸でいきいきと生きるために
安心していきいきと暮らすために-介護保険サービスについて知ろう-
認知症 自分らしく生きる
エンド・オブ・ライフ 自分の最期を考えよう
夏休み気をつけたい、けが・ハチ刺され-子ども編-
手洗いしよう-子ども編-
手洗い、うがいで感染対策
熱中症対策~暑い夏を楽しく過ごすために~
今日からできる心臓にやさしい生活-5つのポイント-

その他、感染対策やお薬、リハビリテーションなどのテーマについて、講座を希望される場合はお問い合わせください。

なお、感染対策のため、場所の広さや人数について調整をさせていただく場合があります。

令和3年度新任医師の紹介

【総合診療科医師】

小嶋 克



専門分野：総合診療科全般
経歴：自治医科大学医学部を卒業後、滋賀医科大学医学部附属病院で初期研修医として勤務。本年度4月より高島市民病院総合診療科医師を務める。

本年度の赴任で初めて高島の地に足を踏み入れ、湖西地域の魅力を日々感じています。

総合内科医として高島市の皆さんの健康増進に貢献できるように努めて参りたいと思っています。若輩者ですがどうぞよろしくお願いいたします。

国保年金あらかると

☎ 保険年金課 ☎ (25) 8137
大津年金事務所 ☎ 077(521)1789

新型コロナウイルスの影響により 国民年金保険料の納付が難しい方へ

新型コロナウイルスの影響により収入が減少した場合は、臨時特例措置による国民年金保険料免除・猶予申請の手続きができます。

対象になる方

- 次の①②のいずれも該当する方
- ①新型コロナウイルスの影響により令和2年2月以降に収入が減少した方
 - ②令和2年2月以降の所得状況から、当年度の審査の対象となる方(本人、配偶者、世帯主)の所得見込額(※)が一定額以下(国民年金保険料免除基準相当)になることが見込まれる方
- ※令和2年2月以降の任意の月で所得額を12か月分に換算し、見込みの経費等を控除し算出します。

申請に必要なもの

1. 国民年金保険料免除・納付猶予申請書
 2. 簡易な所得見込額の申立書(臨時特例用)
- ※保険年金課および各支所に備え付けています。

免除・猶予対象期間

令和2年2月分から令和4年6月分まで

申請書の提出先

保険年金課または各支所、大津年金事務所

◆詳しくは、市役所保険年金課または、大津年金事務所にお問い合わせください。

生ごみ減量にご協力を



生ごみ処理機設置等事業補助金

※購入前に申請が必要です。

内容	補助率(補助限度額)
電気式生ごみ処理機の購入	3分の2以内(40,000円)
コンポストの購入	3分の2以内(7,500円)
コンポスト用基材の購入	3分の2以内(3,000円)

申請書などは市のホームページからダウンロードできます。



いろいろな制度を活用して一緒に生ごみを減らそう!

生ごみを減量しよう! 各家庭で出た生ごみにはたくさんの水分が含まれています。生ごみを減量するため、よく絞ってから捨てるようにしましょう。他にも生ごみの堆肥化や減量を推進するため、生ごみ処理機等を購入する場合の補助制度があります。

可燃ごみ搬出量

現在、三重県の民間ごみ処理業者へ委託して焼却処分しています。ごみの量に応じてごみ処理費用を負担することになりますので、ごみの分別や減量にご協力ください。

測定月	収集量
令和2年6月分	1,238t
令和3年6月分	1,176t(前年比62t減)



あんしん 元気生活

☎ 地域包括支援課 ☎ (25) 8150
(地域包括支援センター) FAX (25) 8054

おいせ

8月の家族介護教室「あいあいの会」

▼日時 8月28日 13時~16時

▼場所 安曇川公民館

▼内容 「免許返納とあおり運転」免許返納を考えている方に高島警察署からアドバイス

▼申込締切 8月27日 ☎ 問・申 高島市社会福祉協議会 ☎ (36) 8222

一人暮らしの母が訪問販売などの内容が分からずに、高額の商品を勝手に契約してしまう。



認知症で金銭管理が難しくなり、お金の引き出しや必要な支払いが行えない。



成年後見制度を知っていますか? 高齢や病気などの理由で判断能力に不安がある人の権利を守り、安心して生活できるようにするために「成年後見制度」があります。

本人の住所地の家庭裁判所へ申し立ての手続きが必要です。申し立ては、4親等以内の親族が行うことができます。

どうやって手続きをするの?

※本人の状態に応じて「補助」「保佐」「後見」の3つに区分されます。区分によって支援の内容が異なります。

判断能力が不十分になった本人に代わり、不動産や預貯金などの財産管理、介護サービスなどの契約、本人に不利益な契約の取り消しなどを行います。

成年後見制度ではどんなことができるの?