

平成20年4月から「後期高齢者医療制度」が始まります



問い合わせ先 健康推進課国保・医療給付係 ☎(25) 7218
 熊本県後期高齢者医療広域連合 ☎096(368)6511

●後期高齢者医療制度

平成20年4月から、新しい「後期高齢者医療制度」が始まります。これまで「老人保健制度」で医療を受けていた人は、新たに独立した「後期高齢者医療制度」で医療を受けることとなります。

この制度は、老人医療費を中心に国民医療費が増大する中、現役世代と高齢者の負担を明確にし、公平でわかりやすい制度とするため、75歳以上の後期高齢者を対象として創設されるものです。

●広域連合

都道府県ごとに区域内の全ての市町村が加入する「後期高齢者医療広域連合（以下「広域連合」と表記します）が運営主体となり、後期高齢者医療制度を運営することとなります。

●市町村と広域連合の役割

市町村は、後期高齢者医療制度の事務のうち、保険料の徴収、被保険者からの申請や届出の受付、保険証の引渡しなどの窓口業務を行います。広域連合は、保険料の決定や財政運営、医療を受けたときの給付など制度の運営全般を行います。

制度の主な内容

●対象者(被保険者)

熊本県内に住所を有する

- ① 75歳以上の人（75歳誕生日から）
- ② 65歳から74歳の人で寝たきりなどの一定の障害がある人（広域連合の認定を受けた日から）

●保険証

被保険者一人ひとりに、後期高齢者医療被保険者証を交付します。

●医療を受けるときの一部負担

今までの老人保健制度と同様に、1割（現役並み所得者は3割）を医療機関の窓口を支払っていただきます。

●保険料

保険料は被保険者一人ひとりにかかります。

保険料の納め方は、介護保険と同様に、「特別徴収」と「普通徴収」があります。
 ※保険料について詳しくは、広報きくち「平成20年1月号」に掲載します。

熊本県後期高齢者医療広域連合のホームページ(<http://www.kumamoto-kouikirengo.jp>)で、制度の概要は確認できます。

後期高齢者医療制度に対するご意見などは電話またはメール(kouikoureisya@kumamoto-kouiki.jp)にてお寄せください。

調味料を上手に使っておいしく食べましょう

～高齢者のための食生活指針15カ条より～

問い合わせ先 地域包括支援課 ☎(25) 7216

●**高齢者と味覚**
 成人の味覚を100とするならば、高齢者の味覚は60くらいと、年を取ると味覚が低下します。特に感度の変化が大きいのが塩味で、小さいのが酸味と言われています。

味覚が低下していくと、なかなか味を感じないため塩分を取り過ぎたり、強い味付けになったりします。そんな時は、昆布、かつおぶし、椎茸などを使ってだしのみみを活用したり、調味料は計って使用したり、家族に味見をしてもらったりして、自分の味付けを確認してみましよう。



ために亜鉛不足が起ります。亜鉛が不足すると細胞の数が減ったり、機能が落ちたりします。特に味覚細胞への影響が出やすくあります。

●**味覚障害には「亜鉛」**
 高齢者の味覚障害の原因の一つは「亜鉛不足」と言われています。亜鉛は私たちの体に必要な栄養素のひとつで、食べ物に含まれています。しかし、薬の服用や、加齢、糖尿病や腎不全などで体内の亜鉛が排出されたり吸収されにくくなったりする

●**毎日使う食卓調味料はワンプタンになってもいいませんか？**
 焼き魚にしょうゆ、野菜にマヨネーズなど、ワンプタンな組み合わせでなく、いろいろな

調味料を使ってみましょう。同じメニューでも新しいおいしさ自分で創作することは、食の楽しみを醸したすものです。

●和食・洋食・中華など、バラエティー豊かに食事を楽しきましょう

和食はバランスに優れ、中華には油脂のおいしさを味わえる料理がたくさんあります。また洋食には牛乳・乳製品の旨味が分かる料理が多いなど、それぞれの料理にはそれぞれの良さがあります。

和食ばかりでなく、味覚を楽しむためにも、さまざまな料理を食事に取り入れましょう。食の多様性が、栄養改善を促します。

夢美術館情報

問い合わせ先 菊池夢美術館 ☎(23) 1155

- 女性の手しごと展
 期間：10月28日(日)～11月18日(日)
- 夫婦の手紙・絵手紙展
 期間：11月22日(木)～1月10日(木)
 ※11月27日(火)は休館日

わいふ一番館だより

問い合わせ先 わいふ一番館 ☎(24) 6630

菊池地域難病患者家族の作品展

きくちにじの会

期間：11月6日(火)～11月18日(日)

原因不明で治療法の確立していない難病患者が、長い闘病生活の中で生きがい求め、日頃の趣味を生かし創作活動を行い、その作品を展示することで明日への活力源になり、病気があっても病人にならないよう心の健康を目的とし、一般の方々にも少しでも難病を理解していただけたらと思います。

わいふ一番館(まちづくり寄合所)で出展してみませんか？

まちづくり寄合所1階ギャラリーでは、出展する人を募集しています。個人やクラブ・サークル活動で作った作品などを多くの人に見てもらいませんか？もちろんプロの人でも大歓迎です。また、2階和室は、文化活動の発表やまちづくりに関する活動の場として誰でも利用できます。



認知症講演会

認知症講演会を開催します。認知症に興味のある人、現在認知症の人を介護している人など多数の参加をお待ちしています。

とき 11月17日(土)

受付 午後1時30分～

開会 午後2時

ところ 菊池市福祉会館2階

演題 「地域における認知症ケアを考える」

～認知症になっても安心して暮らせる地域を目指して～

講師 熊本大学医学部神経精神科 橋本 衛 先生

主催 菊池市社会福祉協議会

共催 認知症の人と共にくらす会「きくち」

身体障害者の人のための相談日

菊池市身体障害者福祉協議会では、身体障害者の人を対象に、手帳申請や就労などについての相談日を設けます。相談は無料で、秘密は守られます。お気軽にお越しください。

とき 11月22日(木)

午後1時30分～午後4時

ところ 菊池市福祉会館2階

対 菊池市身体障害者福祉協議会

問 菊池市身体障害者福祉協議会

務 菊池市身体障害者福祉協議会

局 ☎(24) 5732