

8月の乳幼児の健康診査

※該当月に受けられない場合は子育て支援課若しくは各支所保健福祉課へご連絡ください。

地域	内容	対象	日	受付時間	場所
一関 花泉	3～4カ月児健診	27年4月1日～13日生まれ	26㊦	12:45～13:00	一関保健センター
		27年4月14日～30日生まれ	27㊦		
	9～10カ月児相談	26年10月1日～17日生まれ	26㊦	8:45～9:00	
		26年10月18日～31日生まれ	27㊦		
	1歳6カ月児健診	26年1月1日～15日生まれ	20㊦	12:45～13:00	
		26年1月16日～31日生まれ	21㊦		
2歳6カ月児歯科健診	25年2月1日～16日生まれ	20㊦	8:45～9:00		
	25年2月17日～28日生まれ	21㊦			
3歳児健診	24年2月1日～15日生まれ	6㊦	12:45～13:00		
	24年2月16日～29日生まれ	7㊦			
大東 千厩 東山 室根 川崎 藤沢	3～4カ月児健診	27年4月生まれ	19㊦	12:45～13:00	川崎防災センター
	9～10カ月児相談	26年10月生まれ	4㊦	9:00～9:15	千厩保健センター
	1歳6カ月児健診	26年1月生まれ	6㊦	12:45～13:00	
	2歳6カ月児歯科健診	25年2月生まれ	4㊦		
	3歳児健診	24年2月生まれ	5㊦		

㊦子育て支援課（一関保健センター内）または各支所保健福祉課

information

ふれあいひろば

☎一関子育て支援センター ☎4170  
就学前の子供と保護者が、自由に遊んで交流を深めます。保育士・専門スタッフが子育ての相談にも応じます。  
◇日時…㊦～㊦ 9:30～15:30、㊦・第1㊦・第3㊦ 13:30～15:30（祝日を除く）  
◇場所…一関保健センター

明るく生きる2015こころのシンポジウム

☎心の病と共に生きる仲間達連合会キララ（事務局：ほのぼのステーション）☎4889  
◇日時…8月22日㊦ 13:45～16:15  
◇場所…大東コミュニティセンター

保健所の8月の検査など

☎一関保健所 ☎1415  
【①骨髄バンクドナー登録と②血液等検査】  
◇日時…8月4日㊦、25日㊦ ＊時間は①9:00～9:30②11:00～12:00  
◇場所・参加費…一関保健所・無料  
◇その他…要予約 ＊②の検査種類はHIV、肝炎、クラミジア。

【医師によるこころの健康相談】

◇日時・場所…8月6日㊦ 13:30～15:30・一関保健所

【フリースペースひだまり】

ひきこもりで悩んでいる本人や家族の交流の場です。参加は無料です。  
◇日時・場所…8月3日㊦、17日㊦ 13:30～16:00・市勤労青少年ホーム



文・岩手県立磐井病院

かかりつけ医と退院支援について考える

かかりつけ医を持つとう

患者さんの初期治療、日常的な病気や生活習慣病、安定した慢性疾患の診察などを行う身近な医師のことを「かかりつけ医（ホームドクター）」と呼びます。

患者さんは、長期にわたって同じかかりつけ医を利用することで、医師との間に信頼関係を築くことができます。

医師は、同じ患者さんを診察することで、いざという時、的確な診療を行うことができます。患者さんの病状によって、高度な診療や、検査、入院が必要な場合は適切な医療機関を紹介することができます。

かかりつけ医から紹介を受けた医療機関は、急性期治療を行います。症状が安定した患者さんは、退院後、かかりつけ医等で治療を続けます。

この地域では、病院とかかりつけ医が連携して、患者さんに最適で質の高い医療を提供するよう努力しています。

多職種連携による退院支援

医療機関は、急性期治療が終了すると、患者さんのQOL（生活の質）を維持するため、早期退院を目指します。

患者さんの状況によっては、自宅退院とかかりつけ医の診療以外に、他の病院や介護施設などへの転院、入所を検討する場合があります。「退院調整看護師」や「医療ソーシャルワーカー」が中心となって、院内の他職種や地域の医療機関、訪問看護師、介護施設、ケアマネジャーなどと連携し、入院患者が退院後の生活に困らないよう、在宅や病院・施設など適切な療養が選択できる支援を行っています。

☎健康づくり課（一関保健センター内）



みんなの暮らしを便利にする  
マイナンバーのお知らせ

VOL.3

1 マイナンバーカードの申請方法



2 マイナンバーを、きちんと受け取るために

10月5日のマイナンバー法施行を受け、同日付けで住民票を有する全ての国民にマイナンバーが付番されます。外国籍でも日本に住民票がある人は対象になります。次のことを確認して確実に受け取り、有効に活用しましょう。

1 住所を確認してください

原則、マイナンバーは住民票の世帯ごとに送ります。住民票の住所と異なる場所に住んでいる人は、受け取れない場合があります。今年の9月までに居住する住所に住民票を異動してください。

2 マイナンバーは簡易書留で届きます

マイナンバーは簡易書留で、世帯ごとに送ります。自宅を受領する場合は、郵便局の受取確認書類に押印または記名が必要です。日中に不在の場合は「郵便物等ご不在連絡票」で通知します。指定の郵便局に速やかに電話し、受け取りが可能な時間を伝えるか、郵便局の窓口で受け取ってください。郵便局で受け取る場合は「郵便物等ご不在連絡票」「住所確認書類（運転免許証、健康保険証等）」「印鑑」が必要です。郵便局での預かり期間は1週間です。その期間を過ぎた場合は、市民課で対応します。市民課窓口にも期限があります。注意してください。

3 届いた書類の中身を確認してください

次の3つが入っているか確かめてください。

- マイナンバーの「通知カード」
- 「マイナンバーカード」の申請書と返信用封筒
- 説明書

4 通知カードの使用方法

「マイナンバー」「氏名」「住所」「性別」「生年月日」などが記載されている通知カード。次のような場面に利用できます。

- 源泉徴収票や支払調書へのマイナンバー記載
- 雇用保険、健康保険、厚生年金の関係書類へのマイナンバー記載
- マイナンバーカードの申請

5 マイナンバーカードを申請しましょう

申請方法は2通りです。

- ①郵送で申請…申請書に本人の顔写真を貼り、返信用封筒に入れて郵便ポストへ投函
- ②オンラインで申請…スマートフォンで顔写真を撮影し、所定のフォームからオンラインで申請

6 マイナンバーカードを受け取りましょう

28年1月以降に、市の指定された窓口で受け取れます。初回の交付は無料。受け取りには①通知カード②交付通知書③運転免許証などの本人確認書類一が必要です。オンラインでの本人確認等に使う「パスワード設定」が必須。「署名用電子証明書」の利用には6～16桁の英数字が、「利用者証明用電子証明書」の利用には4桁の数字が必要になります。

問い合わせ コールセンター（全国共通ナビダイヤル）  
☎0570・20・0178 平日9:30～17:30  
④⑤と年末年始を除く  
＊通話料はおよそ60秒ごとに10円です