

保存版

# 知っ得ガイド

ほけん

医療

介護

[2023年度版]



西都市

# 令和5年度健康カレンダー

4月		5月		6月		7月		8月		9月	
1(土)	4/1~翌年2/29 国保：特定健診 後期：健康診査 開始	1(月)		1(木)		1(土)		1(火)	8/1~ 国民健康保険・限度額 認定証更新受付開始	1(金)	
2(日)		2(火)		2(金)		2(日)		2(水)		2(土)	
3(月)		3(水) 憲法記念日		3(土)		3(月)		3(木)		3(日)	
4(火)		4(木) みどりの日		4(日)		4(火)		4(金)		4(月)	
5(水)		5(金) こどもの日		5(月)	国保・簡易人間ドック 申込受付開始(予定)	5(水)	特定健診・胃がん検診・大腸がん 検診(保健センター)	5(土)		5(火)	子宮頸がん検診(都於郡地区、三納地 区)
6(木)		6(土)		6(火)		6(木)		6(日)		6(水)	
7(金)		7(日)		7(水)		7(金)		7(月)		7(木)	
8(土)		8(月)		8(木)	胃がん検診(保健センター)	8(土)		8(火)		8(金)	
9(日)		9(火)		9(金)		9(日)	国民健康保険税 後期高齢者医療保険料 介護保険料 本算定納税通知書発送予定	9(水)		9(土)	
10(月)		10(水)		10(土)		10(月)		10(木)		10(日)	
11(火)		11(木)		11(日)		11(火)		11(金) 山の日		11(月)	
12(水)		12(金)		12(月)		12(水)		12(土)		12(火)	
13(木)		13(土)		13(火)	特定健診・大腸がん検診 (西都市コミュニティセンター)	13(木)		13(日)		13(水)	
14(金)		14(日)		14(水)		14(金)		14(月)		14(木)	
15(土)		15(月)		15(木)		15(土)		15(火)		15(金)	
16(日)		16(火)		16(金)		16(日)		16(水)		16(土)	
17(月)		17(水)		17(土)		17(月) 海の日		17(木)		17(日)	
18(火)		18(木)		18(日)		18(火)	国民健康保険証 国民健康保険 特定疾病受療証 発送	18(金)		18(月) 敬老の日	
19(水)		19(金)		19(月)		19(水)		19(土)		19(火)	
20(木)		20(土)		20(火)		20(木)		20(日)		20(水)	
21(金)		21(日)		21(水)	子宮頸がん検診 (東米良・穂北・三財地区)	21(金)		21(月)		21(木)	
22(土)		22(月)		22(木)		22(土)		22(火)		22(金)	
23(日)		23(火)		23(金)		23(日)		23(水)		23(土) 秋分の日	
24(月)		24(水)	後期 高齢者 特定健診 受診券 発送	24(土)		24(月) 子宮頸がん検診(保健センター)		24(木) 特定健診・胃がん検診・大腸 がん検診(保健センター)		24(日)	
25(火)		25(木)		25(日)		25(火)		25(金)		25(月) 特定健診・肺がん検診・胃がん検 診・大腸がん検診(保健セン ター)	
26(水)		26(金)		26(月)		26(水)		26(土)		26(火)	
27(木)		27(土)		27(火)		27(木)		27(日)		27(水)	
28(金)		28(日)		28(水)		28(金)		28(月)		28(木)	
29(土) 昭和の日		29(月)		29(木)		29(土)		29(火)		29(金)	
30(日)		30(火)		30(金)		30(日)		30(水)		30(土)	
		31(水)				31(月)		31(木)			
						*国保税・後期高齢者医療保険 料・介護保険料 第1期納期 (※2) (7月31日納期限)		*国保税・後期高齢者医療保険 料・介護保険料 第2期納期 (※2) (8月31日納期限)		*国保税・後期高齢者医療保険 料・介護保険料 第3期納期 (※2) (10月2日納期限)	

※1 特定健診及び各種検診の時間と場所等については、「I健康づくり(1~12ページ)」をご覧ください。

※2 国保税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の口座振替日は各納期の26日(12月納期分は25日)です。ただし、当日金融機関が休日の場合は翌営業日になります。

## 令和5年度健康カレンダー

10月	11月	12月	1月	2月	3月
1(日)	1(水)	1(金)	1(月) 元日	1(木)	1(金)
2(月)	2(木)	2(土)	2(火)	2(金)	2(土)
3(火)	3(金) 文化の日	3(日)	3(水)	3(土)	3(日)
4(水)	4(土)	4(月)	4(木)	4(日) 特定健診・肺がん検診・大腸がん検診(保健センター)	4(月)
5(木)	5(日)	5(火)	5(金)	5(月)	5(火)
6(金)	6(月)	6(水)	6(土)	6(火)	6(水)
7(土)	7(火)	7(木)	7(日)	7(水)	7(木)
8(日)	8(水)	8(金)	8(月) 成人の日	8(木)	8(金)
9(月) スポーツの日	9(木)	9(土)	9(火)	9(金)	9(土)
10(火)	10(金)	10(日)	10(水)	10(土)	10(日)
11(水)	11(土) 特定健診・肺がん検診・胃がん検診・大腸がん検診(保健センター)	11(月)	11(木)	11(日) 建国記念の日	11(月)
12(木) 特定健診・胃がん検診・大腸がん検診(三納地区館)	12(日)	12(火)	12(金)	12(月) 振替休日	12(火)
13(金)	13(月)	13(水)	13(土)	13(火)	13(水)
14(土)	14(火)	14(木)	14(日)	14(水) 特定健診・大腸がん検診(西都市コミュニティセンター)	14(木)
15(日)	15(水)	15(金)	15(月)	15(木)	15(金)
16(月)	16(木) 特定健診・胃がん検診・大腸がん検診(市役所穂北支所)	16(土)	16(火)	16(金)	16(土)
17(火) 特定健診・胃がん検診・大腸がん検診(都於郡地区館)	17(金)	17(日)	17(水) 特定健診・胃がん検診・大腸がん検診(保健センター)	17(土)	17(日)
18(水)	18(土)	18(月)	18(木)	18(日)	18(月)
19(木)	19(日)	19(火)	19(金)	19(月)	19(火)
20(金)	20(月)	20(水)	20(土)	20(火)	20(水) 春分の日
21(土)	21(火)	21(木)	21(日) 子宮頸がん検診(保健センター)	21(水)	21(木)
22(日)	22(水)	22(金)	22(月)	22(木)	22(金)
23(月)	23(木) 勤労感謝の日	23(土)	23(火)	23(金) 天皇誕生日	23(土)
24(火)	24(金)	24(日)	24(水)	24(土)	24(日)
25(水)	25(土)	25(月)	25(木)	25(日)	25(月)
26(木)	26(日)	26(火)	26(金)	26(月)	26(火)
27(金) 子宮頸がん検診(保健センター、穂北地区)	27(月)	27(水)	27(土)	27(火)	27(水)
28(土)	28(火)	28(木)	28(日)	28(水)	28(木)
29(日)	29(水)	29(金)	29(月)	29(木)	29(金)
30(月)	30(木)	30(土)	30(火)		30(土)
31(火) 特定健診・胃がん検診・大腸がん検診(三財地区館)		31(日)	31(水)		31(日)
＊国保税・後期高齢者医療保険料・介護保険料 第4期納期(※2) (10月31日納期限)	＊国保税・後期高齢者医療保険料・介護保険料 第5期納期(※2) (11月30日納期限)	＊国保税・後期高齢者医療保険料・介護保険料 第6期納期(※2) (12月25日納期限)	＊国保税・後期高齢者医療保険料・介護保険料 第7期納期(※2) (1月31日納期限)	＊国保税・後期高齢者医療保険料・介護保険料 第8期納期(※2) (2月29日納期限)	

※1 特定健診及び各種検診の時間と場所等については、「I健康づくり(1～12ページ)をご覧ください。

※2 国保税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の口座振替日は各納期の26日(12月納期分は25日)です。ただし、当日金融機関が休日の場合は翌営業日になります。

# 目 次

## I 健康づくり

- 1 健診および健康相談のご案内・・・・・・・・・・ 1
- 2 予防接種のご案内・・・・・・・・・・ 13
- 3 母子保健事業のご案内・・・・・・・・・・ 15
- 4 栄養改善事業のご案内・・・・・・・・・・ 18

## II 保険制度

- 1 国民健康保険制度・・・・・・・・・・ 19
- 2 後期高齢者医療制度・・・・・・・・・・ 23
- 3 こんなときは手続きを・・・・・・・・・・ 26
- 4 介護保険制度・・・・・・・・・・ 29

## III 医療サービス・給付を受ける

- 1 高額医療・・・・・・・・・・ 31
- 2 入院する時の食事代・・・・・・・・・・ 34
- 3 医療費の限度額認定証・減額認定証・・・・・・・・ 36
- 4 高額医療・高額介護合算制度・・・・・・・・・・ 38
- 5 特定疾病・・・・・・・・・・ 40
- 6 出産育児一時金・・・・・・・・・・ 42
- 7 補装具をつくったとき・・・・・・・・・・ 43
- 8 葬祭費・・・・・・・・・・ 43
- 9 はり・きゅう・あんま費の助成・・・・・・・・ 44

## IV 介護サービス・給付を受ける

- 1 介護の手続を行う・・・・・・・・・・ 45
- 2 介護のサービスを利用する・・・・・・・・・・ 46
- 3 地域支援事業を利用する・・・・・・・・・・ 50