

**特別児童扶養・障害児福祉・特別障害者・経過的福祉の各手当
所得状況届(現況届)の提出を忘れずに**

各手当の受給資格がある方に所得状況届または現況届を郵送しました。届け出がないと8月分以降の手当が受けられなくなりますので、期限までに提出してください。なお、各手当とも所得制限があります。

提出方法 9月13日(月)(必着)までに郵送・持参

※特別児童扶養手当の所得状況届は、障害福祉支援課(市役所西別館4階)に所得状況届、特別児童扶養手当証書、印鑑、所得状況届に記載されている方のマイナンバーが分かるもの、来庁者の本人確認ができるもの、その他必要書類を持参してください(郵送不可)。

受給できる方と障害の程度の目安

各手当とも、身体障害者手帳や療育手帳をお持ちでなくても、精神の障害や内部機能障害が同程度と認められた場合、手当を受給できます。詳しくはお問い合わせください。

◎特別児童扶養手当

身体・知的または精神に中～重度の障害を有する20歳未満の児童を養育する父または母、もしくは父母に代わって養育している方

障害の程度の目安 身体障害者手帳1～3級程度、療育手帳AからBの1程度

◎障害児福祉手当

身体・知的または精神に重度の障害があり、常時介護を必要とする20歳未満の方

障害の程度の目安 身体障害者手帳1級または2級の一部、療育手帳A、Aの1、Aの2

◎特別障害者手当

身体・知的または精神に著しく重度の障害があり、常時特別の介護を要する寝たきり状態などの20歳以上の方

障害の程度の目安 身体障害者手帳1級または2級の一部(主に複数の重度障害がある方)、療育手帳Aの1

提出先・問 〒270-1192市役所障害福祉支援課(住所省略可)・内線384

**人生の最後まで自分の足で歩くために
ロコモ対策をしましょう!**

ロコモティブシンドローム(通称:ロコモ)とは運動器(骨・筋肉・関節など)の機能が低下している状態で、将来、要介護状態になる危険性が高くなります。

市の要介護状態になる原因疾患の1位は認知症、2位は運動器の障害(関節疾患・骨折など)、3位は脳血管疾患です。適度な運動で刺激を与え、適切な栄養を取ることで、運動器を強く丈夫に維持できます。衰えを感じてからではなく、若いうちからの運動習慣が重要です。エレベーターではなく階段を使うなど、今より10分多く体を動かすことがロコモの予防につながります。

市ホームページ(QRコード参照)では、あびこ市民の歌に合わせたロコモトレーニングを紹介しています。DVDの貸し出しや無料配布(数量限定、先着順)も行っています。また、生涯学習出前講座の「健康いきいき体操」では、講話やロコモ度テストなどを行っています。

問 健康づくり支援課 ☎7185-1126



**我孫子市の国民健康保険加入の方へ
8月24日(火)まで 集団特定健診申込受付中!**

集団健診は、かかりつけの病院がない方や病院が苦手な方でも受けやすく、結果を郵送でお知らせするため受診が一度で済む、時間と費用が節約できる健診です。定員に達し次第締め切りますので、申し込みはお急ぎください。

※頸動脈超音波検査(令和4年3月31日時点で5の倍数の年齢の方が対象)を希望する方や定期的に通院している方は、医療機関での個別健診がお勧めです。

	日時	場所
①9月30日(休)	午後	市民プラザ
②10月8日(金)	午後	保健センター
③10月23日(土)	午前・午後	

※9月30日(休)午前および10月8日(金)午前実施分は定員に達しました。

対象 申込日・受診日に市の国民健康保険に加入している40歳以上の方

定員 ①②先着50人③午前・午後各先着50人

自己負担金 1000円(特定健診と大腸がん検診) ※前立腺がん検診は500円、肝炎ウイルス検診は200円追加

【自己負担金が免除される方(会計時に証明できるものを提示)】

- ①被保険者証兼高齢受給者証をお持ちの方
 - ②世帯全員が市民税非課税の方
 - ③新型コロナウイルス感染症の影響により国民健康保険税または介護保険料の減免を受けている方
- ※②・③の方で「我孫子市各種健(検)診自己負担金減免・免除認定証」をお持ちでない方は受診する10日前までにご連絡ください。

申・問 8月24日(火)(必着)までに、窓口・郵送・ちば電子申請サービスで特定健診希望、住所、氏名(連名不可)、生年月日、電話番号、受診希望日と時間帯(午前または午後)を明示(必ず第2希望まで)。〒270-1132湖北台1の12の16健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126

松戸保健所(松戸健康福祉センター) 各種無料相談・検査 9月

相談名	電話(申込不要)	日時	申・問
思春期相談	電話(申込不要)	月～金曜日 9時～17時(祝日を除く)	047-361-2138
	来所申		
精神保健福祉相談申		2日(休)14時～16時	047-361-6651
酒害相談申		16日(休)14時～16時30分	
DV相談	電話(申込不要)	月～金曜日 9時～17時(祝日を除く)	047-361-6651
	来所申		
		原則金曜日 9時～17時	

※我孫子連絡所の業務は当面の間休止しています。
 ※新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため中止する場合があります。
 ※エイズ検査は、新型コロナウイルス感染症の影響により中止します。

広告

広告掲載枠
 会社やお店のPRにご活用ください
規格 縦11.5cm×横8cm
掲載料 1枠2万円(最大3枠まで)
申・問 秘書広報課広報室 ☎7185-1269

広告掲載枠
 会社やお店のPRにご活用ください
規格 縦11.5cm×横8cm
掲載料 1枠2万円(最大3枠まで)
申・問 秘書広報課広報室 ☎7185-1269

広告掲載枠
 会社やお店のPRにご活用ください
規格 縦11.5cm×横8cm
掲載料 1枠2万円(最大3枠まで)
申・問 秘書広報課広報室 ☎7185-1269