



町長コラム

第154号

3回目のワクチン接種

1月21日から2月13日の間、『まん延防止等重点措置区域』に指定されました。感染者がものすごい勢いで増え、連日過去最高を更新し、家族内での感染や濃厚接触者が続出しています。

このままでは、保育園や小学校などは学級閉鎖、職場は出勤自粛となり、その家族も出勤・登校できなくなります。このような状況になると、医療関係などのエッセンシャルワーカーと言われる方々が出勤できず、社会生活を維持する組織が機能しない恐れもあります。

町では、3回目のワクチン接種に向け、順次接種券を発送しています。希望される方は、同封の申込みハガキを返送してください。なお、集団接種を希望する方は、Webからでも申込みが可能です。

また、5歳以上の方のワクチン接種は国の承認が出ましたので、3月以降に接種を開始します。なお、まだ1・2回目の接種が済んでいない方は今からでも接種が可能です。ぜひ、ご相談ください。

今後、国産のワクチンや飲み薬も承認され、近い将来インフルエンザと同等の病気扱いになることを期待しています。それまで、気を抜かず、

感染対策をしっかりして、お過ごしくださるようお願いいたします。

現在、まん延しているオミクロン株は、以前のものより感染力が強く、どこで感染したか分からないケースが大変増えています。家庭内でも必要があれば、マスクの着用や感染対策をお願いいたします。

また、「無症状の感染者」が増えています。「自分が感染者かもしれない」との認識を頭の片隅において、お過ごしください。

オミクロン株は、「従来より重症化しにくい」とは言われていますが、基礎疾患のある方や高齢の方は重症化する可能性があり、引き続き注意が必要です。

政府対策分科会の尾身会長は、「リスクの高い行動を皆が避け、メリハリのある対策で早めに感染ピークを下げるのが、医療や社会機能の維持に重要だ」と述べており、「感染リスクの高い場面での人数制限が求められる」としています。

今一度、基本にもどり、家庭内と言えども『マスク』『手洗い』『うがい』をしっかり行い、感染リスクの高い『密閉』『密集』『密接』を避け、規則正しい生活を心がけましょう。

20歳になったら国民年金

今年成人式を迎えられた20歳の皆さん、国民年金について知っていますか？

国民年金は、老後や障害を負ったとき、家族の働き手が亡くなったときに、「働いている世代の皆さんで支えよう」という考えのもと作られた制度です。20歳以上60歳未満のかたは、加入することが義務付けられ、20歳になると日本年金機構から国民年金加入のお知らせが届きます。

※ただし、すでに公的年金制度に加入されているかたは除きます。

①保険料の納付方法

納付書、口座振替またはクレジットカードのいずれかで納付します。口座振替またはクレジットカードは、申請が必要です。

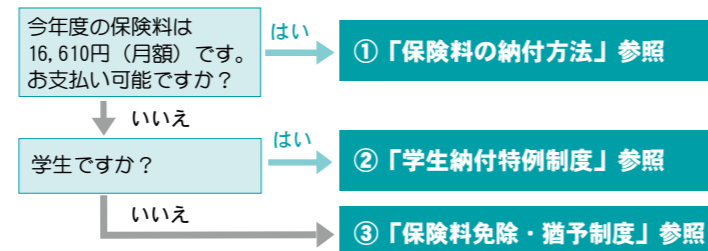
②学生納付特例制度

学生のかたは、本人の前年所得が基準以下の場合、申請により保険料の納付が猶予されます。申請には学生証の写または在学証明書が必要です。

③保険料免除・納付猶予制度

保険料を納めることが経済的に困難な場合、申請後に承認されると、保険料の納付が免除または猶予されます。失業による特例免除を申請する場合は、雇用保険被保険者離職票などの写しが必要です。

国民年金保険料について (以下のフロー図でご確認ください)



保険料を未納のままにしておくと、将来的に老齢基礎年金や障害基礎年金、遺族基礎年金を受けられない場合があります。納付が困難な場合は、未納のままにせず、免除や猶予の手続きをしましょう。詳しくは、年金機構のホームページをご覧ください。



ホームページ QRコード

問合せ＝住民保険課 保険年金係 ☎76-1366

三つりつ 健幸ポイント事業

参加者数が
3,000人
を超えました



～あなたも お得な健幸づくり を始めてみませんか?～

対象者 20歳以上の町民

参加方法 参加申込書を保健センターへ提出
翌年度以降も自動的に参加となります。

実施期間 4月1日～翌年3月31日

参加費 無料

主なポイント項目

項目	ポイント獲得条件	ポイント数
歩数	1日の歩数が各年齢別に設定された目標歩数を達成	2～15ポイント/日
継続参加	月に1回以上歩数データを送信	100ポイント/月
特定健診など	特定健診・後期高齢者医療健診・職場健診*・学校健診*・人間ドック*のいずれかを受診 (*保健センターへ健診結果の提出が必要)	1,000ポイント
がん検診など	町の受診券を利用して各種検診などを受診	1つの検診につき200ポイント
改善	体組成測定の結果によりBMIもしくは筋肉率が改善した場合、またはそれらの数値が基準値範囲内の場合	1～1,000ポイント/3か月

■事業の流れ



重要 すでにミムリン健幸ポイント事業へ参加しているかたへのお知らせ

①健診結果を提出しましょう!

令和3年度中に受診した健診や人間ドックの結果を保健センターへ提出すると

1,000ポイント 獲得することができます。

○令和4年4月28日(木)までに提出をお願いします。
○町で実施している特定健診および後期高齢者医療健診については健診結果を提出する必要はありません。

②毎月データ送信をしましょう!

月1回以上歩数のデータ送信をするだけで
毎月100ポイント 獲得することができます。

最大で年間**1,200ポイント** 獲得することができます。
毎月必ず歩数のデータ送信をしましょう!!

問合せ＝保健センター 健康増進係 ☎76-2855