

住宅改修費を助成します

高齢者自立支援住宅 改修給付事業

日常生活動作に困難があるため住宅改修が必要な65歳以上の高齢者の方に住宅改修費を助成します。

介護や支援が必要でない(非該当)方
補助対象工事 階段や風呂



場への手すり取り付け、床段差の解消、便器の洋式化など
給付限度額 20万円
要支援・要介護認定を受けている方は、ケアマネジャーまたは高齢者支援室介護給付係 ☎内線2686へご相談ください。

は37万9千円、便器の洋式化は10万6千円
所得により本人の費用負担があります。なお、受給要件の確認が必要なので、必ず工事着手前に市による調査および審査を受けてください。

住宅改修アドバイザー
派遣事業
対象はおおむね65歳以上の市民。住宅改修アドバイザーを自宅に派遣し、対象者の状態を考慮しながら住宅のバリアフリー化についての専門的な指導や助言をします。

住宅改修アドバイザー
市が依頼した理学療法士など専門家。必要に応じて施工業者への指示なども行います。

決定までの手続き
高齢者支援室高齢者相談係(市役所1階 番窓口)へ申請後、内容を審査し、派遣の承諾・承諾の通知を送付します。

高齢者支援室 ☎内線2622

傍聴できます。介護保険事業計画検討市民会議「第三期(平成18・20年度)三鷹市介護保険事業計画」を検討する市民会議を開催します。

9月29日(木)午後7時~9時(傍聴受付は午後6時45分開始) 教育センター3階で当日、直接会場へ。

高齢者支援室 ☎内線2684

交通事故などの第三者行為の治療で国民健康保険を使う場合は届け出を交通事故や傷害事件など、他人の行為が原因で負傷したり、病気になる場合(第三者行為)の医療費は、被害者に過失のない限り、原則として加害者が全額負担することになります。

しかし、加害者との話し合いがすぐに解決しない、加害者に支払能力がないなどの場合、国民健康保険に届け出をするにより、国民健康保険扱いで治療を受けることができます。

この場合、本来加害者が負担すべき医療費を国民健康保険で一時的に立て替え、後から立て替えた分を加害者に対して請求します。

示談は慎重に
示談の内容は、国民健康保険の収支や被害者への補償へも影響をおよぼしますので、示談を結ぶ前に必ず届け出を行ってください。

保険課 ☎内線2381

多摩府中
保健所
精神保健相談 専門医と保健師による個別相談
精神保健医療相談 10月7日(金)、31日(月)、思春期相談 10月19日(水)、アルコール相談 10月24日(月)、いすれも午後2時~4時

事前に多摩府中保健所へ電話で申し込む。相談場所が武蔵野三鷹地域センター(旧三鷹武蔵野保健所)と三鷹市総合保健センターに分かれることができます。

ありますので、申し込みの際必ず場所をご確認ください。
相談日以外でも、保健師が相談に応じています(要予約)。

炎症性腸疾患講演会
病気の理解と治療および食事の工夫について
対象は武蔵野市・三鷹市・府中市・調布市・小金井市・狛江市在住の、かいよう性大腸炎、クローン病の患者とその家族

10月13日(木)午後2時~4時40分 武蔵野芸術劇場(武蔵野市中町1-15)にて
講師は慶應義塾大学炎症性腸疾患センター長の日比紀文さんと栄養士の鈴木和子さん
同保健所地域保健係 ☎042-2334へ電話で申し込み。先着120人

健康のために万歩計を交付します
三鷹市社会福祉協議会では、健康で長寿を保つための「歩く運動」奨励事業を実施しています。その一環として

市内在住の60歳以上の方は1千300円、同会員の方には1千100円の自己負担金で万歩計を交付します。記録達成者には記念品も贈呈します。

9月30日(金) (消印有効)まで、往復はがきに「万歩計希望」・住所・氏名(返信

用紙)・生年月日・電話番号・社会福祉協議会かどろかを記入し、〒181-8555三鷹市社会福祉協議会万歩計担当へ申し込む(申込多数の場合は抽選)。

同協議会 ☎46110

休日・夜間診療

- 休日診療所(内科・小児科)
 - 三鷹市医師会館 (野崎1-7-23) ☎47-2155
午前10時~11時45分、午後1時~4時30分
 - 休日準夜診療所(内科・小児科)
 - 三鷹市医師会館 (野崎1-7-23) ☎47-2155
午後6時~9時30分
 - 休日歯科応急診療所 三鷹市総合保健センター (新川6-35-28) ☎46-3254
午前10時~11時45分、午後1時~4時
 - 休日調剤薬局 医薬品管理センター (上連雀7-4-8) ☎49-7766
午前10時~午後4時30分、午後6時~9時30分
- 救命救急センター
 - 杏林大学医学部付属病院 (新川6-20-2) ☎47-5511
 - 市内救急指定病院 野村病院(下連雀8-3-6) ☎47-4848
 - 三鷹中央病院 (上連雀5-23-10) ☎44-6161
 - 武蔵野病院 (下連雀4-8-40) ☎47-1000
 - 三鷹第一病院 (下連雀8-9-21) ☎46-4141
 - 電話での問い合わせ 東京消防庁救急テレフォンサービス(24時間) 電話03-3212-2323
 - 電話042-521-2323
 - ひまわり(東京都保健医療情報センター)(24時間・医療機関案内) 電話03-5272-0303

健康コラム

「生活習慣病と腎臓」

さまざまな原因によって腎臓の機能が失われる(腎不全といいますが)と人工腎臓や自分の腹膜を使った透析治療を定期的に行う必要がある。そのような慢性透析治療を受けている患者さんの数は、日本透析医学会の調査によると、平成16年12月31日現在で24万8千168人に達しています。昨年、透析治療を開始された患者さんは3万5千84人で、腎不全の原因の第1位は糖尿病性腎症1万3千920人(全体の41.3%)、第2位が慢性腎炎9千466人(28.1%)、第3位が腎硬化症2千978名(8.8%)でした。それ

73・2歳で、全体では65・8歳と高齢化が進んでいます。特に注目したいのは、3大原因のうち第1位と第3位が、いわゆる生活習慣病によって引き起こされている腎臓の病気にすぎない。糖尿病からの糖尿病性腎症、高血圧や高脂血症(高コレステロール血症など)で生じた動脈硬化による腎硬化症です。慢性腎炎によって透析が開始された患者さんの数は、過去10年間くらいを振り返ってみると、9千~1万人くらいの間を推移して増加はみられません。一方、糖尿病性腎症や腎硬化症は約2倍の増加率を示し、高齢化社会を反映してさらに増加することが考えられ、その医療費

は間もなく2兆円に達するといわれています。生活習慣病は脳卒中や心筋梗塞の原因になるばかりでなく、腎不全という透析が必要な病気にもつながるのです。糖尿病や高血圧などは遺伝が深く関わっていますが、その発病や進行を抑えるには、まず食生活や運動などの生活習慣の改善が大切なことはいままでもありません。学校、職場、地域などの健康診断を利用して早期から生活習慣病対策を行えば、生活習慣病が原因で透析治療を必要とする患者さんが減ることが期待できます。

三鷹市医師会 ☎4721

東京都シルバーパス

更新の方の手続きのお知らせ

満70歳以上の都民の方には申し込みに、都パス、都営地下鉄、都電、都内民営バス(小田急バス、京王バスなど)を利用できる「東京都シルバーパス」が発行されます。現在パスをお持ちの方は9月中に更新手続きを行ってください。新しいパスの有効期間は発行日より平成18年9月30日です。

更新に必要なもの シルバーパス更新申込書(9月上旬に東京バス協会が郵送しています)、本人の住所、氏名、生年月日が確認できるもの(保険証または運転免許証など)、現在使用しているシルバーパス、所得状況が変わり、住民税が課税から非課税になった方は、平成17年度住民税非課税証明書。シルバーパスを紛失した方は、小田急バス武蔵境営業所 ☎6191へ。代理申し込みも可能です。

更新費用 平成17年度の市民税が非課税の方1千円、課税の方2万500円

東京都シルバーパス更新会場

会場名	受付日(9月)	受付時間
牟礼コミュニティセンター	21日(水)~22日(木)	午前10時30分~午後4時30分
井口コミュニティセンター	20日(火)、21日(水)、26日(月)~28日(水)	
連雀コミュニティセンター	20日(火)、21日(水)	
井の頭コミュニティセンター	27日(火)~29日(木)	