

産後ケア事業について

産後は心もからだも不安定になりがちです。『お産と育児の疲れで体調がすぐれない』『授乳について吸わせ方や抱き方を教えてほしい』『赤ちゃんのお世話について教えてほしい』など、そんなときに安心して子育てができるよう、医療機関やご自宅で母子のケアを受けることができる産後ケア事業をご利用ください。

○利用できる方

市内に住所がある心身の不調や育児不安があるお母さんと赤ちゃんで、出産後3か月未満(一部医療機関は4か月未満)、訪問は出産後1年未満までの方

※医療行為が必要な場合は、利用できません。

○内容

	宿泊型	日帰り型	訪問型
ケアの内容	市と契約している医療機関に宿泊または通所 ※1		ご自宅に助産師が訪問
	・お母さんの健康管理や乳房ケアなど ・赤ちゃんの発育や授乳の様子、体重や排便のチェックなど ・授乳や沐浴方法、育児相談など		
利用料 ※2	各医療機関が定めた額の1割を自己負担		1回1,000円(2時間程度)
利用日数	宿泊・日帰り・訪問を合わせて最大5日まで ※3		

※1 利用できる時期や時間は各医療機関により異なります。

※2 生活保護世帯は、利用料が免除になります。

※3 宿泊型1泊2日の場合は、2日間の利用となります。

○利用できる医療機関および利用料金

医療機関および利用料等の詳細については、下記までお問い合わせください。

○利用方法

事前に電話連絡のうえ、親子(母子)健康手帳と印鑑を持参し下記窓口にお越しください。

問 かがやき 健康推進課母子保健G ☎54-7121

歯周病検診を受けましょう！

市では、指定の医療機関にて歯周病検診を実施しています。対象年齢の方には、すでに受診券を郵送しています。

○対象者

年度末年齢	生年月日
40歳	昭和56年4月1日～昭和57年3月31日
50歳	昭和46年4月1日～昭和47年3月31日
60歳	昭和36年4月1日～昭和37年3月31日
70歳	昭和26年4月1日～昭和27年3月31日

○受診期間 令和3年6月1日～令和4年1月31日

○自己負担 500円

○持ち物 歯周病検診受診券、保険証

○受診方法 指定の医療機関へ直接電話で予約してください。

※受診券を紛失した方は、健康推進課(総合保健福祉センターかがやき内)までお越しください。窓口で再発行します。

問 かがやき 健康推進課健康推進G ☎54-7121

国民年金基金について

国民年金にゆとりをプラス。
国民年金基金からのお知らせです。

- 1 国民年金基金は、自営業者やフリーランスの方々が、ゆとりある老後を過ごせるよう、国民年金に上乗せする公的な年金です。
- 2 20歳以上60歳未満の方で、国民年金の定額保険料を納付している方が対象ですが、60歳以上65歳未満の方や海外に居住されている方で、国民年金に任意加入されている方も加入できます。
- 3 基本は終身年金なので、生涯にわたって年金を受け取ることができます。
- 4 支払った掛金は全額、社会保険料控除の対象となり、所得税や住民税が軽減されます。

国民年金基金のご加入やご相談については、全国国民年金基金茨城支部までご連絡ください。

問 全国国民年金基金 茨城支部 ☎029-225-4797 (フリーダイヤル☎0120-65-4192)