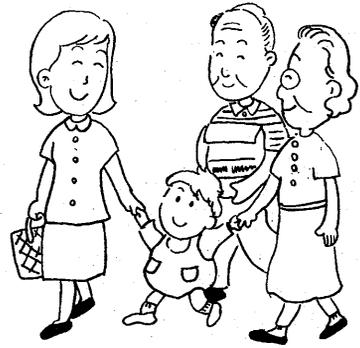


健康を支える医療費は 大切に使おう

国民健康保険課 (内線 2265)



医師の指示を守ろう

服薬をはじめ、お医者さんの指示を守ることが、医療費抑制に。

家庭医を持つよう

病気や体質などを把握しているので、治療効果も高い。



診療時間内に受診しよう

急病など特別な場合は別として、医療費のムダづかいに。

保険証を忘れずに

初診のときは忘れずに保険証を病院などの窓口へ提示しよう。

重複受診はやめよう

医療機関が変わるたびに検査や処置などのやり直しに。

早期発見・早期治療を

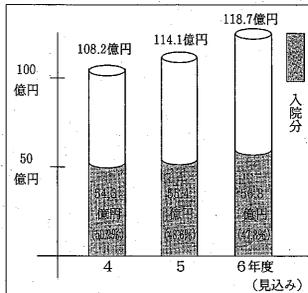
病気の発見が遅ければ、それだけ医療費もかかることに。



医療費増加に歯止めを いま一人ひとりにできること



〈表1〉市国保診療費の推移



〈表2〉1人当たりの年間の診療費(5年度)
()内は全国平均を100としたときの数値

区分	一般	退職	老人	全体
	円	円	円	円
入院	65,767 (97.9)	134,546 (104.9)	468,269 (139.8)	150,369 (119.9)
入院外	73,928 (108.0)	181,716 (112.8)	355,554 (129.8)	141,208 (119.7)
計	154,827 (101.4)	341,728 (108.2)	845,916 (134.3)	309,411 (118.0)

この年の診療費に対して国保会計が負担する保険給付費は、国などの負担金や補助金のほか、その約四三

みんなが 適正受診を

全県平均よりも、診療費の合計は国平均を上回っています。中でも老人分は四八%も高く、一人当たり年間八十五万円の費用が掛かっています。受診率(医療機関に掛かる頻度)は、ほぼ全県平均並みですが、一日当たり費用額が高いため、全県平均より医療費が高くなっているところに特徴があります。

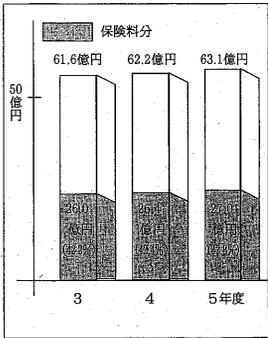
国保は、皆さんの健康を守る大切なものです。しかし近年、医療内容の高度化や診療報酬の改定、さらに医療費の増加など、加入割合の増加を背景に、

市国保診療費 増え続ける

医療費が毎年増加し続けています。

本市の診療費の特徴
次に、一人当たり年間の診療費がどれくらいか見てみましょう(表2参照)。

〈表3〉国保会計保険給付費負担額



平成7年度の保険料

- ① 所得割率...9.0%
 - ② 均等割額...1人につき19,400円
 - ③ 平等割額...1世帯につき27,700円
- 賦課限度額...480,000円
(賦課限度額の国基準は7年度 52万円)

- ① 1年間の収入額から、収入の種類に応じて控除を行った後の額(総所得金額)から、さらに基礎控除額(33万円)を引き、それに所得割率を掛けたもの。
- ② 被保険者数に均等割を掛けたもの。
- ③ 平等割額

1年間の保険料は①+②+③で算定されます。この金額が48万円を超える場合は、保険料は48万円となります。

国民健康保険加入は 14日以内に届け出を!

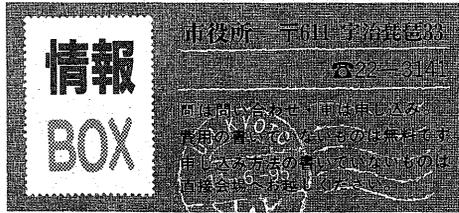
- ◎宇治市へ転入したとき ◎職場の健康保険をやめたとき ◎職場の健康保険の被扶養者からはずれたとき ◎子供が生まれたとき ◎生活保護を受けなくなったとき

無保険のまま放置すると最高2年間さかのぼって保険料が掛かることが法律で定められています。



ヘルスパイオニアタウンうじ事業

国民健康保険課では、市民の健康づくりを支援するため、「世代間交流スポーツ教室」や「医療と福祉を考える市民講座」をはじめ、各種イベントでの健康相談・健康づくり啓発コーナーの開設などの事業を行っています。これらは「ヘルスパイオニアタウンうじ事業」として、健康で明るく生き生きとしたまちづくりを、保健・医療・福祉・教育の分野を通じて進めているものです。



講座・教室

■城南地域職業訓練センターの講座
回同センター (☎46-0688)。

〈簿記初級〉▷7月5日～9月6日の月・水曜(一部木曜)、午前9時半～午後4時半▷1万2600円。

〈ワープロ初級Ver5〉▷7月21日～8月22日の火・金曜、午後6時半～9時▷1万3500円。

〈ロータス123初級〉▷7月12日～8月2日の水曜午後6時半～9時、土曜午前9時半～正午▷9000円。

〈パソコン・ウィンドウズ入門〉▷7月20日～8月7日の月・木曜、午後6時半～9時▷9000円。

〈ロータス123上級〉▷7月20日～8月7日の月・水曜、午後6時半～9時▷9000円。

〈夏料理教室〉▷7月9日(日)午後1時～4時▷1500円▷先着24人 回同館 (☎46-0780)。

■城南労働者福祉会館の教室
〈夏料理教室〉▷7月9日(日)午後1時～4時▷1500円▷先着24人 回同館 (☎46-0780)。

■第1回精神保健福祉公開講座
精神保健(心のやまい)の制度や法律について学び、関連施設で体験学習をします。▷6月22日～7月27日の水曜の6回、午後2時～3時半(体験学習は時間が異なる)。

ります。生涯学習センター▷対象…精神保健福祉に関心のある人、ボランティア活動希望者。先着50人 回資料代(2000円)を添えて宇治ボランティア活動センター(☎22-5650、社会福祉協議会内)へ。

■市民ボランティア入門教室
▷6月22日～7月20日(7月13日を除く)の木曜、午後7時～9時、総合福祉会館。土・日曜に1日体験学習▷対象…高校生以上でボランティアを始めたかと思っている人。先着40人▷1000円 回宇治ボランティア活動センター(☎22-5650)。

■公民館・青少年センター
■中央公民館(☎20-1411)
〈市民講座～宇治・山城地名風土記〉地名を通じ宇治・山城の歴史と文化を学びます。▷7月6日～27日の水曜、午前10時～11時半▷講師…日本地名学研究所所長・池田末則さん 回同館。先着50人。

■小倉公民館(☎22-4687)
〈成人講座～素晴らしい自転車の旅〉約7年かけて世界一周7万5000kmを旅した永谷彰朗さんのお話。▷6月21日～7月5日の水曜の3回、午後1時半～3時半 回同館。

■広野公民館(☎41-7450)
〈幼児家庭教育学級〉▷日程…内容は右表上。おおむね午前10時～正午▷対象…乳幼児を持つ親。先着30人▷調理実習には材料代が必要▷保育…満2歳以上の幼児。おやつ代500円(10回分)必要。

Table with 2 columns: Date/Time and Activity Name. Includes items like 'ライフサイクルについて' and '根を養えば木は育つ'.

■大久保青少年センター(☎44-7447)
〈子ども茶道教室〉▷6月24日(出前)9時～正午▷対象…小～中学生、先着20人▷参加費…100円 回同センター。〈くおはなし会〉▷14日(例)・28日(例)午後3時半～4時▷対象…幼児と小学校低学年。

スポーツ

■地域巡回ニュースポーツひろば
▷6月15日(休)＝西大久保小学校▷16日(例)＝平盛小学校▷19日(例)＝大開小学校▷22日(例)＝大久保小学校▷23日(例)＝小倉小学校、いずれも午後7時半～9時半▷①⑤＝ソフトバレーボール・インディアカ▷②③④＝ソフトバレーボール・バウンドテニス。上靴持参▷回市民体育課(内線2621)。

■トレーニング機器実技講習会
▷6月24日(出前)午後1時～3時半～の2回、黄旗体育館▷対象…15歳以上の人(中学生は不可)。各先着30人▷1000円 回18日(出前)午前9時から同館へ直接。顔写真(3×2.5センチ)が必要。回同館(☎33-4001)。

福祉

■市民手話教室
▷6月20日～8月1日の火曜の7回、午後7時半～9時。総合福祉会館▷対象…15歳以上の健聴者。先着45人▷内容…聴覚障害者が生活体験を話す講座、実技指導など 回6月19日(例)までに福祉総務課(内線2306)へ。

■デイ・サービス
〈料理教室〉▷6月30日(例)午前9時半～午後1時半、総合福祉会館▷対象…市内在住で体に障害のある人▷600円 回6月27日(例)までに社会福祉協議会(☎22-5650、ファクス22-5654)。

■在宅老人家族介護者教室
▷6月17日(出)、午後1時半～3時半、市小倉デイサービスセンター。同宅介護支援センター▷テーマ…介護用具の活用と施設見学 回14日(例)までに宇治明星園デイサービスセンター(☎23-6115)へ。送迎希望者は同時に申し込みを。京阪宇治駅前午後1時集合。

お知らせ

■阪神・淡路大震災被災住宅修繕融資利子補給金交付制度
▷対象…7年1月17日現在市内に住所があり、市が被災住宅として認定した家を金融機関などからの融資により修繕した人▷補給額…被災住宅を修繕するために金融機関から融資を受けた額(限度額200万円)の年利率3%に相当する額▷補給期間…借り入れ後1年間 回6月30日(例)までに交付申請書を商工課(内線2219)へ。

■水源池見学ツアー
天ヶ瀬ダム、南郷洗堰などを見学しよう。▷7月27日(休)、午前9時J R宇治駅前集合(小雨決行)▷対象…市内の小中学生とその親▷(内線2306)へ。

500円 回往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を書き6月30日(例)までに(例)河川環境管理財団大阪事務所(〒570守口市外島町4-18・水源地めぐり募集係、☎06-994-0535)へ。

■キャンプセンターと野外教具の夏期間の使用事前申し込み
▷使用期間…炭山キャンプセンターと野外教具(飯ごう、テント、なべ)とも7月21日(例)～8月31日(例)(キャンプセンターは8月18日(例)午後5時～20日(例)は使用不可)▷対象…市野外活動指導者証を持つ人がいる青少年団体 回6月23日(例)までに印鑑使用済市民体育課(内線2621)へ。使用許可は調整後決定。

■育成学級夏期学生アルバイト募集
▷7月21日(例)～8月31日(例)(日曜と8月13日～16日は除く)、午前8時半～午後5時▷内容…市内各小中学校の育成学級児童の指導補助▷賃金…時給850円 回市販の履歴書(要写真)に必要な事項を書き、6月21日(例)までに社会教育課(内線2618)へ本人持参。

■宇治川鮎釣り
▷6月17日(出)～8月31日(例)、喜撰橋たもとで午後7時から▷◎乗合船＝大人1500円、子供700円◎貸し切り船＝10人乗り2万2000円、15人乗り＝3万3000円、20人乗り＝4万4000円、30人乗り＝6万6000円 回宇治川観光通船(☎21-2328) 回同社観光協会(☎23-3334)。



西川 将弘ちゃん(1歳) (伊勢田町毛語) 回広報課(内線2070)

Table with 3 columns: Date, Content, and Instructor. Lists various seminars and classes like '家庭製品の安全な使い方' and '乳業セミナー'.

消費生活講座を開催
～快適な生活の知恵～
今回の消費生活講座は「快適な生活の知恵」についての講座です。知っていただくには便利なこの身体に良い機会に生活の知恵(こ)を学びたいという方にぜひ参加してください。お申し込みは、商工課(内線2055)へ。

生活排水が川を汚しています
川に油を流さないで
生活排水が川を汚しています。川に油を流さないで美しい川を取り戻すには、私たち一人ひとりが普段の生活を「見直し」することが大切です。ちまたに心掛けたら、王手がいらない川を取り戻すことができます。環境保全課(内線2655)。

Table showing water usage reduction tips with icons and amounts. Includes items like '風呂の水' (20ℓ), 'トイレの水' (15ℓ), '洗濯機の水' (11ℓ), etc.

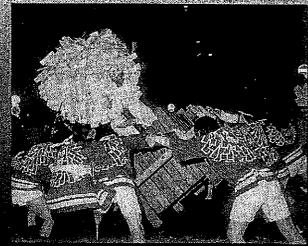
川に油を流さないで
生活排水が川を汚しています
川に油を流さないで美しい川を取り戻すには、私たち一人ひとりが普段の生活を「見直し」することが大切です。ちまたに心掛けたら、王手がいらない川を取り戻すことができます。環境保全課(内線2655)。

小・中学生広島訪問
広島で学ぼう、平和の貴さを
市では、友好都市であるカナダ・カムループス市に中学生を派遣します。これは、親善交流を通じて国際性を持った青少年を育成することを目標に、四年前から実施しているもの。今年も次のとおり募集をします。
▶募集期間：7月27日(例)～8月18日(例)
▶対象：市内在住の小中学生(定員：10人)
▶申し込み：6月20日(例)まで(当日消印有効)
▶問い合わせ：同課(内線2055)へ。

募集
市では、友好都市であるカナダ・カムループス市に中学生を派遣します。これは、親善交流を通じて国際性を持った青少年を育成することを目標に、四年前から実施しているもの。今年も次のとおり募集をします。
▶募集期間：7月27日(例)～8月18日(例)
▶対象：市内在住の小中学生(定員：10人)
▶申し込み：6月20日(例)まで(当日消印有効)
▶問い合わせ：同課(内線2055)へ。

皆さんとつくるページ

交・差



投書コーナー「私もひとこと」...身近な話題や提案などを400字程度で。写真も歓迎...市内で撮った懐かしい写真を。いずれも採用分には粗品をお送りします...

市民情報 短信

催し

歩み会: 6月18日(日)午前9時... 宇治駅前集い... 通声合唱団マ・ソ・ト... 水演舞会: 結成後初の演奏会...

フォーラム

7月30日(日)午後7時... 宇治公民館... 山岡さん(87)...

募集

宇治朝霧コーラス... 毎週火曜午前10時... 宇治公民館... 大正琴サークル...

阪神・淡路大震災 市民ボランティア

阪神・淡路大震災(兵庫県南地区)では、ボランティアがマスコットで大きく取り上げられています。今回は宇治市社会福祉協議会...



「これからが頑張るところなんです」 阪神大震災支援センター事務局 江崎美子さん(53)...

「多くの人に支えられてできました」 北極学区福祉委員会委員長 橋本隆さん(65)...



「社会に恩返しをする歳になりました」 市民ボランティア 石橋忠昭さん(50)...



市制15周年記念「模擬市会」 市内の小中学生の代表による熱弁がふるわれました。(昭和41年7月31日)



▲芦屋市の打出浜小学校で焼きそばづくり

「できる人ができることをやる」 市民ボランティア 亀井やよいさん(46)...



「子供を家で育てているとストレスがたまりがちになります。そんな時には、みんなでしゃべりするのが一番。」

震災ボランティアの活動は一人でとんとんする人から、今月初めての人まで四人四脚!しかし、これまでにボランティアに興味がない人、登録したい人はボランティア活動センター...

サークルさあ来る



子育て会 てんとう虫

広野公民館の家庭幼児教育学級の修了者有志が、今後もお互いに交流を続けようというきっかけが生まれました。月2回、季節に応じて、子供と一緒に遠足にいたり、公民館で節分の豆まきやお面作りなどいろんな活動をしています。...