

ダニ・蚊が媒介する感染症に要注意！

これからの季節はキャンプや農作業など、山や草むらで活動する機会が多くなります。野山にはマダニやつつが虫などのダニが生息しています。病原体を保有するダニ・蚊が媒介する感染症に注意し、しっかり対策しましょう。

ダニにかまれないための対策

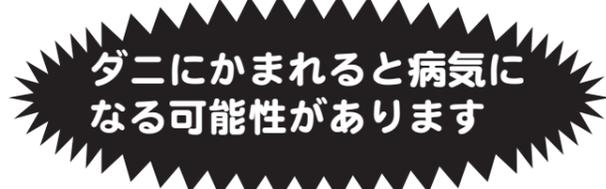
- 草木の多い場所に行くときは、長袖・長ズボンを着用し、シャツの裾はズボンの中に、ズボンの裾は靴下や長靴の中に入れてみましょう。
- ダニを見つけやすくするために、色の薄い服を着ましょう。
- 地面や草むらに直接、寝転ばない、腰を下ろさない、服を置かないようにしましょう。

野外で活動した後の対策

- 上着や作業着は、家の中に持ち込まないようにしましょう。
- すぐにシャワーや入浴をして、ダニが付いていないか確認をしましょう。

ダニにかまれたときの対処法

- ムリに引き抜こうとせず、医療機関を受診しましょう。
- 数週間程度は体調の変化に注意し、発熱等の症状がある場合はすぐに病院を受診し、野山に入ったことを伝えましょう。



病名	潜伏期間	症状
重症熱性血小板減少症候群	6～14日	発熱・吐き気 腹痛・下痢 等
日本紅斑熱	2～8日	高熱・頭痛・悪寒 けん怠感・発疹 等
つつが虫病	5～14日	



蚊は日本脳炎、デング熱などの感染症を媒介します。すべての蚊が病原体を持っているわけではありませんが、蚊に刺されないこと、蚊を増やさない対策をしましょう。

日本脳炎の詳しい情報は…
日本脳炎Q&A

■問い合わせ先
健康介護支援課 ☎52-9281
中央東福祉保健所 ☎53-3171



いを共有しながらやりがい・生きがいを持つこと』の2つが必要だと思っています。

私にできることは少ないかもしれませんが、地域の皆さんから思いや知恵を聞かせていただきながら、人や物事のつなぎ役となれる、話しやすい地域づくり支援員を目指して、頑張りたいと思っています。どうぞよろしくお願いします。

(地域づくり支援員・山中一興)



地域づくり支援員の まがせちょ記

本年3月から美良布地区集落活動センターでお世話になっている山中です。社会人になって以降、大半を県外で生活しましたが、いつか高知を元気にできるような仕事に関わりたいてと考えており、このたび、地域づくり支援員に応募しました。

美良布・葎生野地区は、交流人口も多く、まだまだ活気に満ちている地区です。高知県が元気であるためには、このような中山間の地区に活気があり続けることが必要だと思います。地区の活気を維持していくためには、『適度の収入があること』と、『複数人で思

職業訓練コース開講

就職を考えている方のための職業訓練コースです。
◆美容セラピー・エステティック養成科
【募集期間】6月27日(水)～7月17日(火)
【訓練期間】8月14日(火)～12月13日(木)
【場所】ソワン・サクレ(高知市鶴来集)
◆OA事務・簿記実践科
【募集期間】7月13日

【申込先】ハローワーク香美 ☎53・4171
【募集期間】8月7日(火)～8月27日(月)
【訓練期間】9月26日(水)～12月25日(火)
【場所】アロマテラピースクールバース高知本校(高知市唐人町)
【問い合わせ先】ポリテクセンター高知 ☎088・8333・1324
【申込先】アセンタ(株)高知ソフトウエアセンター(高知市元宮町) ◆ビューティアロマ・メディカルハーブ科
【募集期間】8月7日(火)～8月27日(月)
【訓練期間】9月26日(水)～12月25日(火)
【場所】アロマテラピースクールバース高知本校(高知市唐人町)
【問い合わせ先】ポリテクセンター高知 ☎088・8333・1324
【申込先】アセンタ(株)高知ソフトウエアセンター(高知市元宮町)

市民保険課 ☎53・3115
【問い合わせ先】
一緒に送付した国保のしおりをご覧ください。
詳しくは3月に保険証と一緒に送付した国保のしおりをご覧ください。
医療費の限度額適用制度
入院や外来診療を受けた場合、限度額適用標準負担額減額認定証もしくは限度額適用認定証を医療機関の窓口で提示すると、医療機関ごとの医療費の支払いが自己負担限度額までとなります(保険適用外分を除く)。自己負担限度額と食事代(標準負担額)は所得区分で異なります。
詳しくは3月に保険証と一緒に送付した国保のしおりをご覧ください。

【現場で役立つ事務実践科】
【募集期間】7月31日(火)～8月20日(月)
【訓練期間】9月18日(火)～12月17日(月)
【場所】(株)高知ソフトウエアセンター(高知市元宮町) ◆介護職員初任者研修科
【募集期間】7月18日(水)～8月7日(火)
【訓練期間】9月4日(火)～11月2日(金)
【場所】みずほ介護スクール(高知市はりまや町)
【現場で役立つ事務実践科】
【募集期間】7月31日(火)～8月20日(月)
【訓練期間】9月18日(火)～12月17日(月)
【場所】(株)高知ソフトウエアセンター(高知市元宮町) ◆ビューティアロマ・メディカルハーブ科
【募集期間】8月7日(火)～8月27日(月)
【訓練期間】9月26日(水)～12月25日(火)
【場所】アロマテラピースクールバース高知本校(高知市唐人町)
【問い合わせ先】ポリテクセンター高知 ☎088・8333・1324
【申込先】アセンタ(株)高知ソフトウエアセンター(高知市元宮町)

高額療養費制度の 自己負担限度額が変わります

問い合わせ先
市民保険課
☎53-3115

8月からの自己負担限度額 (月額)		外来(個人単位A)	外来+入院(世帯単位B)	備考
現役並み所得者※1	課税所得690万円以上(現役並みⅢ)	252,600円+(総医療費-842,000円)×1% ★(140,100円)		★()内は過去12カ月に3回以上高額療養費の支給があったときの4回目以降の限度額です。70歳以上74歳以下の方の外来にかかる個人単位Aによる支給は、回数に含みません。
	課税所得380万円以上690万円未満(現役並みⅡ)	167,400円+(総医療費-558,000円)×1% ★(93,000円)		
	課税所得145万円以上380万円未満(現役並みⅠ)	80,100円+(総医療費-267,000円)×1% ★(44,400円)		
一般		18,000円 (年上限144,000円)	57,600円 ★(44,400円)	
住民税非課税世帯	区分Ⅱ※2	8,000円	24,600円	
	区分Ⅰ※3		15,000円	

- ※1 70歳以上74歳以下の方は高額療養費制度の自己負担限度額が変更となります。
- ※2 一定以上の所得がある70歳以上74歳以下の国保被保険者のいる世帯に属する方
- ※3 世帯主および国保の被保険者全員が住民税非課税世帯である世帯の方
- ※4 世帯主および国保の被保険者全員が住民税非課税で、かつ各所得が必要経費を差し引いたときに0円となる世帯の方