

「見守り」について ～在宅介護支援センターから～

在宅介護支援センターの仕事の一つに1人暮らしの方の訪問があります。大抵の方は「元気なうちは住み慣れた自宅で自分のペースで生活したい」と言います。その中で時々聞くのが「いつ何があるかわからない。亡くなって何日も誰にも発見されないのは嫌」という声です。離れて住むご家族からも「今は元気だけれど、一人なので心配」という相談を受けることもあります。

そこで、1人暮らしや高齢世帯の毎日の見守り方法を4つご紹介します。

- ①訪問型＝新聞、お弁当や牛乳などを配達してもらう。**
お弁当などは対面で手渡ししてくれるものもあります。簡単に始められますが、毎日の事なので費用がかかります。
- ②アプリ型＝スマートフォンのアプリを活用する。**
低価格で手軽に始められる半面、本人もスマートフォンの操作を要するというハードルがあります。
- ③カメラ型＝自宅にカメラを設置し、家族が映像をスマートフォンで確認する。**

映像で確認でき安心ですが、カメラに死角があることや、監視されている気持ちになるというデメリットがあります。

- ④センサー型＝一定の時間動きがない場合に異変を通知する。**
冷蔵庫の開閉や電気ポットの使用状況の他、市で高齢世帯などに貸与している緊急通報装置でも状況に応じセンサーを付けることができます。選ぶサービスによって費用はまちまちで、監視されている感は少ないですが、状態が見えないため即効性に欠けることが弱点です。

それぞれに長所短所があるため、本人とご家族の状況に合わせて選ぶと良いでしょう。

実際に、お弁当屋さんから家族に「体調が悪そうだ」と連絡があったケース、具合が悪く寝込んでいたところ一定時間動きがないことをセンサーが察知して、救急要請に至ったケースなど、本人がSOSを出せなくても連絡に至った例がありました。

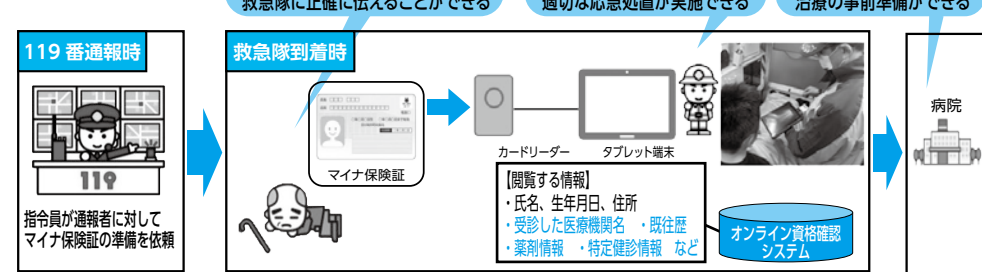
他にも、お金をかけず身近な人との繋がりで安否確認をしている方もいました。毎朝家族に携帯から着信を残すというAさん。Aさんは携帯で電話をかける練習にもなっていると言います。

隣の家の人に「2階の雨戸が開かなかったら気にかけて」と声掛けしているBさん。普段も窓越しに世間話を楽しんでいるそうです。このように、民間や公的サービスだけでなく、家族や近所など身近な人と普段から繋がりを持つておくことが見守りになっている例もあります。

在宅介護支援センターでは、高齢者の皆さんが心身共に健やかにに過ごせるようご相談を受け付けています。

☎地域包括支援センター ☎(70) 0439
在宅介護支援センター おおあみ緑の里 ☎(73) 5146
在宅介護支援センター 杜の街 ☎(70) 1666

●マイナ救急の流れ



これにより、救急隊への薬剤情報や通院歴の説明が簡潔に済むほか、お薬手帳を探すなどの手間が省けるため、傷病者の負担が軽減します。さらに、血圧値などを通常時と比較できるため、傷病者の状態を把握しやすくなり、医療機関は治療の迅速な事前準備が可能になります。

▼実証期間 10月1日(水)～令和8年3月31日(火)
▼実証方法 傷病者本人の同意

国民健康保険一部負担金の減免・徴収猶予

国民健康保険法では、次のような事情がある場合は、申請により一部負担金（医療機関などの窓口負担）の減免や徴収猶予を受けることができます。

- ・震災、風水害、火災その他これらに類する災害により身体または資産に著しい損害を受けた場合。
- ・干ばつ、冷害、凍霜雪害などによる農作物の不作、不漁などにより収入が著しく減少した場合。
- ・事業の休廃止や失業などにより収入が著しく減少した場合。

詳細は、問い合わせください。

☎市民課国保班 ☎(70) 0334

ねんきんナビ

国民年金保険料は、健康保険や厚生年金などの社会保険料を納めた場合と同じように、「社会保険料控除」としてその年の課税所得から控除され、税額が軽減されます。

また、自身の保険料だけでなく、配偶者や家族の保険料を支払っている場合は、その保険料も合わせて控除が受けられます。

税法上とても有利な国民年金は、老後はもちろん不慮の事故など万一のときにも心強い制度です。保険料の納め忘れのないようご注意ください。

◆控除の対象

令和7年1月～12月までに納めた国民年金保険料全額

※過年度分や追納された分も含まれます。

◆控除を受けるには

年末調整や確定申告を行うときに、領収証書や保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必

要となります。

◆控除証明書の送付（予定）

令和7年1月1日～9月30日までに保険料を納付した方は、10月下旬～11月上旬にかけて順次、日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されます。10月1日～12月31日までの間に保険料を納められた方へは、令和8年2月上旬に送付されます。

証明書の電子データをマイナポータルの「お知らせ」で受け取ることができますが、その際には事前に「ねんきんネット」で電子送付の希望登録を行う必要があります。電子送付を希望する場合は、紙媒体の送付は行いません。

※詳細は、日本年金機構のホームページをご確認ください。

☎ねんきん加入者ダイヤル（ナビダイヤル）

☎0570(003)004

大網病院だより ⑧

大網病院にある検査科をご存じですか？病院に行くと、採血や検尿、心電図をとることがありますが、それらの検査を行っている場所が検査科です。

検査科では「臨床検査技師」という資格を持った人たちが、働いています。

◆検査は何のために必要？

医師が病気を診断し、治療していくためには、患者さんの体の状態を知ることが必要です。そのために、医師の依頼のもと臨床検査が行われます。

体から出る病気のサインは、尿や便、あるいは血液や採取された臓器の一部などに、さまざまな形で現れます。検査を通してこれらのサインを把握し、病気の原因を追及することが臨床検査の重要な役割となります。

臨床検査は病気の診断だけでなく、治療方針の

決定、治療経過の確認や重症度の判定、回復の度合いの評価などにも利用されています。

臨床検査技師が病院内で行っている検査は、数え切れないほど多くの種類があり、その多くの検査の中から、医師は患者さんのサインを見つけるために必要な検査を選択しています。

検査の結果に間違いがあると、取り返しのつかないことになってしまうため、臨床検査技師は精度管理を行い、間違いがないように結果を報告しています。

◆検査結果を見ても言葉が難しくて分からない…。そんなときは

検査科では、検査の目的・略語・基準値・検査結果の読み方などをご説明しています。検査科まで、お気軽に声をかけてください。なお、診断や治療などに関わる説明は医師へご相談ください。

☎大網病院 ☎(72) 1121

10月1日(水)開始 マイナ救急実証事業

◆マイナ救急とは

総務省消防庁が実施する、

マイナ保険証を活用して傷病者の受診歴や処方されているお薬などの情報を正確かつ早期に把握することで救急活動の円滑化を図る取り組みです。

山武郡市広域行政組合消防本部では、「マイナ救急」の実証事業に、全国すべての消防本部（720消防本部）とともに参加します。

救急活動の円滑化のため、マイナ保険証の携行をお願いします。



意を基本とし、救急隊がマイナ保険証の医療情報を専用端末により閲覧
▼閲覧内容 薬剤情報、診療情報、特定健診情報
▼実施する救急隊 山武郡市広域行政組合消防本部管轄内の救急隊8隊（平日の日中時間帯に運用する本部救急隊は除く）

☎山武郡市広域行政組合消防本部警防課救急係
☎(52) 8752
✉id.keibou@sanbukouiki-chiba.jp

人間ドックの助成

国民健康保険、後期高齢者医療制度に加入している方は、市と契約した医療機関で人間ドックを受けると助成を受けられます。医療機関で予約をした後、申請してください。

▼申請方法 電子申請、窓口

▼助成上限額

・国民健康保険被保険者 大網病院4万円、その他医療機関3万円（検査費用の7割相当額）
・後期高齢者医療被保険者 一律9,230円

▼市と契約している医療機関（全19機関） 国保大網病院、浅井病院、井上記念病院、君塚病院、亀田クリニック（亀田健康管理センター）、亀田総合病院附属幕張クリニック、公立長生病院、国際医療福祉大学成田病院、斎藤労災病院、さんむ医療センター、塩田病院、JCHO（ジェイコー）千葉病院、総合病院国保旭中央病院、ちば県民保健予防財団、千葉中央メディカルセンター、千葉メディカルセンター、ポー

トスクエア柏戸クリニック、山之内病院、IMS Medicalフェクリニック千葉
※検査内容は医療機関によって異なりますので、予約時に医療機関へ直接確認してください。

☎市民課国保班

☎(70) 0334

☎市民課高齢者医療年金班
☎(70) 0336

