

## 磐田市国民健康保険

# 医療費分析の結果をお知らせします

☎国保年金課（本庁舎1階） ☎ 0538-37-4833 FAX 0538-37-4723

### 医療費上位10疾病

順位	主な病名	構成比(※)
1	腎不全	7.2%
2	前立腺がん、膵がんなど	5.9%
3	糖尿病	4.9%
4	高血圧性疾患	4.8%
5	不眠症、片頭痛など	4.0%
6	心不全、不整脈など	3.6%
7	便秘症、逆流性食道炎など	3.5%
8	統合失調症	3.5%
9	高脂血症、高コレステロール血症など	3.5%
10	緑内障、ドライアイなど	2.7%

※ 医療費総額に対して占める割合

### 疾病別の医療費

疾病別では「腎不全」「糖尿病」「高血圧性疾患」など、生活習慣病に関連する疾患の医療費が上位を占めています。また中学校区別に見ると、「腎不全」「糖尿病」「高血圧性疾患」は全ての地区で上位に入りますが、地区ごとに差があることが分かります。

### 【中学校区別】医療費上位5疾病

順位	城山	磐田第一	神明	向陽	南部	福田	竜洋	豊田	豊田南	豊岡
1	腎不全	腎不全	腎不全	前立腺がん、膵がんなど	腎不全	腎不全	腎不全	腎不全	不眠症、片頭痛など	腎不全
2	前立腺がん、膵がんなど	前立腺がん、膵がんなど	糖尿病	高血圧性疾患	高血圧性疾患	高血圧性疾患	不眠症、片頭痛など	前立腺がん、膵がんなど	前立腺がん、膵がんなど	前立腺がん、膵がんなど
3	糖尿病	糖尿病	前立腺がん、膵がんなど	腎不全	前立腺がん、膵がんなど	糖尿病	糖尿病	高血圧性疾患	腎不全	高血圧性疾患
4	高血圧性疾患	高血圧性疾患	高血圧性疾患	糖尿病	糖尿病	統合失調症	高血圧性疾患	糖尿病	糖尿病	糖尿病
5	不眠症、片頭痛など	統合失調症	脂質異常症	便秘症、逆流性食道炎など	便秘症、逆流性食道炎など	前立腺がん、膵がんなど	統合失調症	便秘症、逆流性食道炎など	高血圧性疾患	脂質異常症

### 医療費分析を実施

磐田市国民健康保険では、被保険者の疾病予防、健康づくりの支援のため、医療機関などの受診状況から医療費の分析を行いました。

平成29年度の医療費総額は約122億円で、前年度から0.8%減少しました。

一方で、被保険者1人当たりの医療費は約30万4千円となり、前年度から2.8%増加しています。

### 分析の結果から

市民1人当たりの医療費が増加していることや、その多くを生活習慣病に関連する疾患が占めていることが分かりました。

生活習慣病は食生活や運動、喫煙、飲酒などの生活習慣を見直すことで発症や進行を防ぐことができます。

市では、生活習慣病の重症化を防ぐため、医療機関への受診勧奨や生活習慣改善のアドバイスを実施しています。

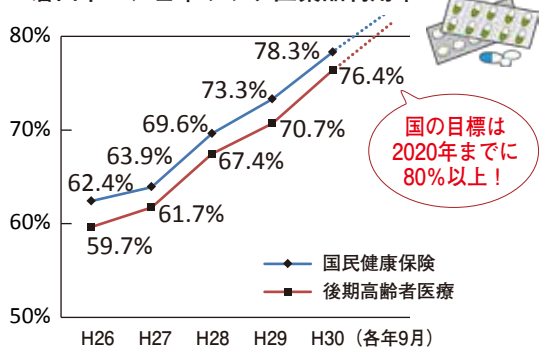
### ▼特定健診を受けましょう

自覚症状が現れにくい生活習慣病は、知らぬ間に重症化し、深刻な状態になることもあります。毎年忘れずに特定健診を受診して、病気の早期発見・早期治療に努めましょう。

### ▼ジェネリック医薬品を活用しましょう

ジェネリック医薬品とは、新薬と同等の有効成分・効能があると厚生労働省から認められている安価な薬です。薬代の軽減にもつながりますので、変更する際には医師または薬剤師にご相談ください。

磐田市のジェネリック医薬品利用率



# 高齢者の総合相談窓口 磐田市地域包括支援センター



そうだ、**包括に相談しよう!**

☎福祉課 (i プラザ 3 階) ☎ 0538-37-4814 FAX 0538-36-1635

## 地域包括支援センターって?

市内に7カ所ある地域包括支援センターでは、高齢者が地域で安心して生活できるように主任介護支援専門員(主任ケアマネジャー)、保健師、社会福祉士などの専門職が市民の皆さんのさまざまな相談に応じます。

介護や医療、認知症(若年性認知症を含む)に関すること、高齢者虐待や消費者被害など高齢者の権利を守ること、日々の生活での困り事など幅広くご相談ください。

近年、認知症や消費者被害、高齢者虐待など高齢者の権利を守る相談が増え、平成24年度から29年度にかけて、約2倍に増加しています。

### 介護のこと、家族のこと、地域の気かり

- ▶ 介護サービスを利用したい
- ▶ 親が1人暮らしだけどなかなか様子を見に行けず心配
- ▶ 認知症の親にどう接したらいいのだろう
- ▶ 近所の1人暮らしの高齢者を最近見かけない

住み慣れた家や地域で自立した生活が続くよう地域の方、医療・介護の専門職の方と連携して皆さんの暮らしを支えています。

### 健康のこと

- ▶ 最近、腰が痛いし、物忘れが多くて心配
- ▶ 今の健康を維持するにはどうしたらいい

いつまでも元気でいられるための健康づくりのお手伝いや地域の介護予防の場をご紹介します。

### お金や財産管理・高齢者虐待のこと

- ▶ お金の管理や契約に自信がない
- ▶ 強引な訪問販売にあった
- ▶ 隣の家から怒鳴り声が聞こえる

高齢者の権利を侵害する事柄はさまざまです。高齢者の安心を守るお手伝いをします。

## ～利用者(40代女性)の声～

母の介護に悩んでいる時、地域包括支援センターを知りすぐに相談しました。子育てと介護を両立する中で、自分でできるから大丈夫だと思っていたことも、専門家からアドバイスをいただいたおかげで、負担が減ってとても楽になりました。今では「介護で悩む前に包括に相談するといいよ」と友人に紹介しています。

早めの相談が  
解決のカギ!



▲相談の様子(イメージ)

◎センター開所時間:月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分(祝日、休日、年末年始(12月29日～1月3日)を除く)

センター名	ところ	担当地区(中学校区)	電話番号	FAX番号
北部地域包括支援センター※	見付交流センター駐車場内(見付2510-4)	城山中学校区 向陽中学校区	0538-36-4865	0538-36-4603
中部地域包括支援センター	i プラザ1階(国府台57-7)	磐田第一中学校区 神明中学校区	0538-37-1060	0538-37-0550
南部地域包括支援センター	磐田市急患センター1階(上大之郷51)	南部中学校区	0538-36-8900	0538-36-8001
豊岡地域包括支援センター	豊岡支所1階(下野部48)	豊岡中学校区	0539-63-0500	0539-63-0505
豊田地域包括支援センター	豊田支所1階(森岡150)	豊田中学校区 豊田南中学校区	0538-36-1300	0538-36-1301
竜洋地域包括支援センター	竜洋支所1階(岡729-1)	竜洋中学校区	0538-66-9221	0538-66-9222
福田地域包括支援センター	福田支所1階(福田400)	福田中学校区	0538-58-3242	0538-58-3243

※平成31年4月1日から北部地域包括支援センターの名称を「城山・向陽地域包括支援センター」に変更します

年間約50万人が利用中

# そうだ！図書館に行こう

☎中央図書館（見付 3599-5） ☎ 0538-32-5254 FAX 0538-32-5154



## ◆図書館のご案内◆

中央図書館（見付3599-5）

▶開館時間／9:00～19:00（土・日曜、祝日は17:00）

▶休館日＊／月曜日・第4金曜日

☎☎32-5254 FAX32-5154

福田図書館（福田1552-1）

▶開館時間／9:30～18:00

▶休館日＊／月曜日・祝日・第4木曜日

☎☎58-3300 FAX59-1911

竜洋図書館（豊岡6605-3）

▶開館時間／9:30～18:00

▶休館日＊／月曜日・祝日・第4水曜日

☎☎66-7788 FAX66-7902

豊岡図書館（下野部48）

▶開館時間／9:30～18:00

▶休館日＊／月曜日・祝日・第4水曜日

☎☎0539-62-3210 FAX0539-63-0101

※上記のほか年末年始、蔵書点検期間は休館となります。詳しくは、各館にお問い合わせください

訪れてみたい  
イマドキの楽しく快適な図書館

市内には、昨年6月に開館25周年を迎えた中央図書館など4つの図書館（中央・福田・竜洋・豊岡）があり、蔵書数は合わせて約70万冊。一年間で延べ約50万人に利用されています。

図書館というと本を借りる場所、静かに読書や調べ物をする場所というイメージが強いかもしれませんが、図書館の楽しみ方はそれだけではありません。

館内で本や雑誌、新聞を読みながらゆったり過ごしたり、DVDやCDを視聴したり、また、子ども向けの楽しいイベントや大人のための知的な講座へ

参加したりと図書館の利用方法も多様化しています。  
あなたもちよつと足を延ばしてすてきな図書館ライフを送ってみませんか。

「ひと・ほんの庭 にこっと」もご利用ください

昨年8月にリニューアルオープンした「ひと・ほんの庭 にこっと」でも、図書館の本を借りられます。ぜひご利用ください。

▼開館時間／午前9時30分～午後6時

▼休館日／月曜日、第4木曜日、年末年始、蔵書点検期間

☎ひと・ほんの庭 にこっと（上新屋304） ☎36-1711 FAX36-1713

## 図書館巡りスタンプラリー実施中

市立図書館では、各館の特色づくりを進めています。利用者の皆さんにいつもと違う図書館にも足を運んでもらおうと、各館を巡るスタンプラリーを実施しています。



各館を巡って専用の台紙にスタンプを押し、5つそろえて応募すると抽選で記念品（図書館オリジナルトートバッグ）が当たります。ぜひ、本との新しい出会いをお楽しみください。

▶とき／3月14日(木)まで ※各館の開館時間内

▶ところ（スタンプ設置場所）／

中央、福田、竜洋、豊岡の各図書館、「ひと・ほんの庭 にこっと」

▶その他／

スタンプラリーの台紙兼応募用紙は、各図書館および「ひと・ほんの庭 にこっと」で配布しています



## ご利用ください電子書籍サービス

「電子書籍サービス」は、デジタル化された地域資料や旅行ガイド、料理などの電子書籍を、パソコンやスマートフォンなどを使って、いつでも、どこでも「紙の本」のように借りたり読んだりできる便利なサービスです。

### 利用方法

▶対象／「磐田市立図書館等利用者カード」をお持ちで磐田市内に在住・在勤・在学の方

▶貸出期間／2週間（貸出期間を経過すると自動返却されます）

▶貸出冊数／2点まで

▶予約冊数／2点まで（取り置き期間は1週間）

※地域資料の閲覧については、上記の制限はありません

※ご利用は磐田市立図書館ホームページから「電子図書館」バナーをクリック

磐田市立図書館

検索



# デマンド型乗合タクシー 「お助け号」の指定施設を追加

問 地域づくり応援課（本庁舎2階）

☎ 0538-3714751  
FAX 0538-3212353

## 平成30年度中に変更した点

### ▼指定施設の追加

#### 【中央線】

はかまだ耳鼻咽喉科医院、青島皮膚科医院、デンタルクリニック岡田（地区内）

#### 【豊田線】

オリーブ歯科クリニック（地区内）

#### 【竜洋線】

サイトウクリニック（地区内）

### 「お助け号」の利用状況について

平成30年10月末現在、約7000人が登録し、一カ月あたり約1900人が利用しています。特にバス停までの移動が難しい高齢の利用者から好評です。



▲「お助け号」のマークの車両がお迎えに行きます

▼指定施設の追加  
【全路線】  
地区外指定施設として、竜洋なぎの木会館とアミューズ豊田を追加します。  
※運賃は、地区により異なります。詳細は、市ホームページや各支所または交流センターに配架してあるパンフレット（3月中旬更新予定）をご確認いただくか、地域づくり応援課までお問い合わせください

# 日頃からのしつけなどが防災対策につながります ペットを大切に

問 環境課（西庁舎1階）

☎ 0538-3712702  
FAX 0538-3715565

## 飼い主とペットの主な防災対策

### ▼住まいや飼養場所などの確認

- ①家具やケージの固定、転倒防止、落下防止
- ②ケージ、キャリーケース、ペットフード、トイレ用品などの防災用品の用意

### ▼ペットのしつけ

災害時に避難所などでトラブルを避けるために、日頃から基本的なしつけをしておきましょう。

- ①ケージなどに入らないことを嫌がらないように、慣らしておきましょう
- ②決められた場所で排泄できるようにしましょう
- ③人や他の動物を怖がらないように慣らしておきましょう

### ▼所有者の表示

飼い犬には、日常から首輪などに鑑札や注射済票を必ず付けてください。万一、犬が迷子になっても、飼い主が分かれます。また、飼い猫には、首輪をつけ、飼い主の連絡先がわかる名札を装着しましょう。



～火災を起こさないポイント～

**住宅用火災警報器**  
全ての寝室と階段（寝室が2階以上にある場合）に設置する。

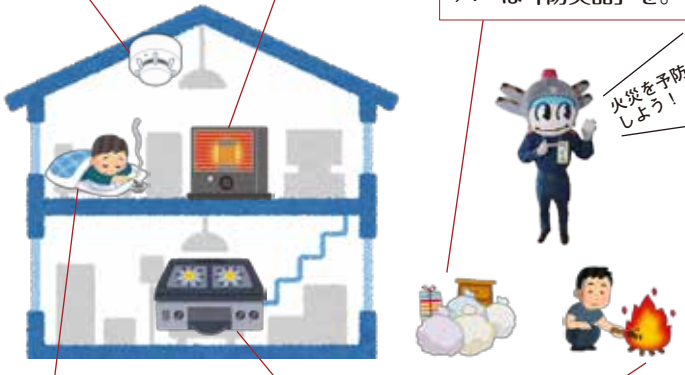
**ストーブ**  
燃えやすい物を近くに置かないようにする。火をつけたまま外出、就寝しない。使用中の給油はしない。

**放火**  
家の周りに燃えやすい物は置かない。ごみは夜出さずに決められた日の朝に出す。車などのボディカバーは「防災品」を。

**たばこ**  
寝たばこはしない。吸い殻を捨てる時は、必ず水をかける。

**コンロ**  
調理中に離れない。コンロの周りに燃えやすいものを置かない。魚焼きグリルなどは定期的に掃除する。

**たき火（ごみの焼却）**  
ごみや草は焼却せず、分別して各自自治会で指定された日に処分する。



平成30年の火災件数は53件で、前年（44件）より9件増えました。出火原因で最も多かったものは、たばこの放置・投げ捨てや、放火、放火の疑い、たき火によるものが4件で、電気機器によるものが3件となっています。

住宅火災から大切な命・財産を守る

この機会に家族や地域で防火について、考えてみませんか。

3月1日（金）から7日（木）まで、春季全国火災予防運動が実施されます。

この機会に家族や地域で防火について、考えてみませんか。

火災を起こさないために  
**家庭の防火対策を確認しましょう**

問 予防課（福田支所4階）  
☎ 0538-5911718  
FAX 0538-5911766

保護司のクジラ先生



更生ペンギンのホゴちゃん&サラちゃん



**保護司**

**南磐田地区保護司会**

犯罪や非行により「保護観察」を受けることになった人の生活を見守り、さまざまな相談にのったり、指導したりしています。犯罪を予防するための地域活動などにも取り組んでいます。法務大臣より委嘱を受けた保護司が磐田市内に45人います。

**南磐田地区協力雇用主会**

犯罪・非行歴のために、就職が難しい人々を、その事情を理解した上で雇用し、立ち直りを支援する事業者です。磐田市内に11事業所あります。

**更生を支える人々**

**南磐田地区更生保護女性会**

女性の立場から、地域における犯罪予防の活動や、子どもたちの健全育成のための子育て支援活動などを行うボランティア団体です。磐田市内に80人います。

犯罪を犯した人や非行のある人が社会の中で必要な支援を受けられず、再び犯罪や非行を重ねてしまうことがあります。このようなことを防ぐため、社会の中で彼らを見守り、地

域の力で立ち直りを支えていくことを更生保護と言います。さまざまな立場の人々が協力しています。更生を支える保護司などの活動にご理解をお願いします。

温かい心で見守り、立ち直りを支える  
**ご存じですか、更生保護**

問 福祉課（いプラザ3階）  
☎ 0538-363714814  
FAX 0538-36371635



協力雇用主のアシカ親方



更生保護女性会員のオコジョさん

「なんかちょっといい磐田」の情報満載  
**磐田市観光情報誌『Kitemi』**

(問) 工商観光課 (西庁舎1階)  
 ☎ 0538-3737 | 4819  
 FAX 0538-3737 | 5013

**磐田市観光情報誌『Kitemi』**

あなたが思う磐田のイイトコってどこですか？10人に聞けば10カ所あがるかもしれません。『Kitemi』には、そんな市民の皆さんが何か好きだなと思う場所を、応募をいただいた110件のスポットから厳選して掲載しました。人気スポットやお勧めのお店、心を落ち着かせる癒しのスポットなど情報満載です。ぜひ手に取ってご覧ください。

**配布場所**

- ・ 工商観光課
- ・ 磐田市観光案内所 (JR 磐田駅北口)
- ・ 磐田市情報館 (ららぽーと磐田内)

無料配布

全 16 ページ  
 縦 180mm×横 216mm  
 かばんに入れてかさばらず持ちやすい大きさ



写真を大きく使って名所を紹介

市民の皆さんが人気スポットなどを紹介

(問) 工商観光課 (西庁舎1階)

☎ 0538-3737 | 4819  
 FAX 0538-3737 | 5013

俳句で磐田の魅力を詠もう  
**いわた俳句大会入選作品が決定**

(問) 教育総務課 (西庁舎3階)  
 ☎ 0538-3737 | 4821  
 FAX 0538-3611 | 1517

**全国から1965句の応募**

俳句を通じて全国に磐田市をPRし、磐田市の魅力を再発見してもらおうと、今年も「いわた俳句大会」が行われました。昨年6～10月に「磐田市のお祭り」または「雑詠」を句題として全国に広く募集をしたところ、1965句(一般の部366句、小中学生の部1599句)が集まりました。

**各部門の入賞作品が決定**

大会選者の宇多喜代子氏、片山由美子氏、高柳克弘氏による選考の結果、一般の部、小・中学生の部各30作品の入賞が決定しました。2月9日(土)にワークショップで磐田で行われた表彰式では、各選者から受賞者に表彰状と記念品が手渡されました。

入賞作品の中から、各部門の特選になった作品をご紹介します。また全ての入選句は、市ホームページからご覧いただけます。

**特選**

【一般の部】

宇多喜代子選

新藁の肌にふれあふ祭かな

大場敬子 (磐田市)

片山由美子選

抽斗に二枚の葉書終戦日

友田喜美子 (周智郡森町)

高柳克弘選

駆けつけ三杯鬼踊見む夜の辻

袴田一博 (浜松市)

【小・中学生の部】

宇多喜代子選

そらまめといっしよに空を向いてみた

高木蒼生 (東部小)

片山由美子選

クリスマス魔法の夜が訪れる

服部桜子 (磐田第一中)

高柳克弘選

体育の日雲もきょうそうしているね

寺田琉夏 (福田小)

