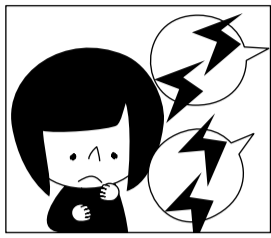
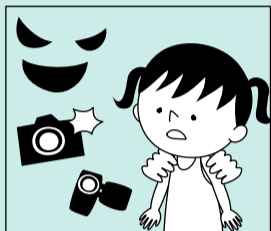


心理的虐待



- 言葉による脅し
- 無視する
- 兄弟と著しく差別するなど

性的虐待



- 性的ないたづらをする
- 性交、性的行為を強要する
- ポルノ写真の被写体にするなど

もに劣等感や絶望感を植え付けます。同時に子どもの自尊心を奪い、人への信頼感が育めなくなってしまう。

◆例3 発達を無視した無理な要求

“年齢不相応な早期教育を強要する”。子どもの将来を思いついついやってしまいがちですが、早すぎる教育や稽古事などは子どもの成長や発達を妨げることもあります。

自分から興味を持つようになってからでないと、苦手意識が高くなってしまうこともあります。

「子育てが辛い」そう思っているのはあなただけではありません

現代の子育ての環境は、核家族化や地域から孤立している家庭が多く、子育ての大半が母親ひとりに任されているという現状があります。

実際、円満そうに見える家庭であっても親戚や近所の人たちに相談することが出来ずに、ストレスとして必要以上に子どもをしかったり、叩いたりしてしまうことがあります。

“子育てが辛い” “わが子なのにかわいいと思えないときがある”。そんな悩みを抱えているのはあなただけではありません。「こんなことを話して大丈夫なのかな」などと考え込まず、気軽に左記の相談窓口にご相談してください。

医療費は年々増加傾向にあり、24年度は過去最高の38.4兆円に達しました。国の試算では平成37年頃には60兆円を超えると見込まれています。安心して医療が受けられる医療保険制度を維持するには、一人ひとりが医療費を抑える努力をすることが大切です。

医療費を減らすためには

次のような取り組みが、医療費を減らすことにつながります。ご協力をお願いします。

◆年1回特定健康診査を受けましょう…糖尿病や高血圧などの生活習慣病の多くは自覚症状のないまま進行しています。生活習慣病を未然に防ぐため、自分は大丈夫と過信せず、40歳を超えたら特定健康診査を毎年受けましょう。

◆かかりつけ医を持ちましょう…自己判断で次々と病院を変えると、そのたびに初診料がかかってしまったり、検査が重複したりと負担が増えてしまいます。また、初めから大きな病院で受診するとさらに「保険外併用療養費」が必要になる場合があります。日頃から病気の治療や、医療相談などにも応じてもらえるかかりつけ医を持つことで、無駄な医療費を減らし、効果的な治療を行うことができます。

◆ジェネリック医薬品(後発医薬品)を利用しましょう…ジェネリック医薬品は、これまで使われてきた新薬(先発医薬品)の特許が切れた後に、販売が許可される同じ効き目の薬です。新薬に比べて価格が安いので、薬にかかる医療費と自己負担を減らせます。

◆診療時間に注意…休日や深夜以外であっても、午前8時前の早い時間帯や、午後6時～8時の受診には割増料金がかかります。薬局も同様です。緊急性がなければ、日中の診療時間内の受診を心がけてください。

柔道整復師や鍼灸師の施術は正しく利用しましょう

接骨院や整骨院などの柔道整復師による施術は、健康保険の対象となる場合とならない場合があります。打撲やねんざ、骨折・脱臼の応急手当などは、保険医療の対象となりますが、日常生活での疲れや肩こり、スポーツなどによる肉体疲労、加齢による腰痛などは、健康保険の対象外となり、全額自己負担となります。施術前にしっかりと確認しましょう。

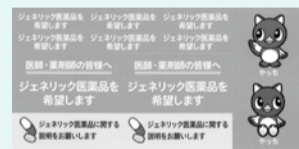
また、はり・灸などの鍼灸師の施術を健康保険で受けるには医師の同意書または診断書が必要となるので注意しましょう。

お問い合わせは
国保年金課 483-1151 (代表)

「やっち」のおまけシール付きジェネリック医薬品希望シールを配布しています

ジェネリック医薬品を使っていただくため、「やっち」のおまけシール付き「ジェネリック医薬品希望シール」を配布しています。このシールを保険証やお薬手帳に貼ることで、ジェネリック医薬品への切り替えの希望を、医師や薬剤師に伝えることができます。市役所国保年金課や総合受付、保健センター、各支所などで配布していますので、ご利用ください。

印字された文字に重ならないように保険証などに貼ってください。



パブリックコメント PUBLIC COMMENT
八千代市都市マスタープラン(改定版・素案)の意見を募集します

「八千代市パブリックコメント手続実施要綱」に基づき、八千代市都市マスタープラン(改定版・素案)への意見を募集します。意見を提出できる人は、市内に住所を有する人、市内に事務所または事業所を有する人、市内の事務所または事業所に勤務している人、市内の学校に在学している人、当該事業に利害関係を有する人です。意見に対しての個別回答は行いません。

▼内容 本市の将来の都市像を示すマスタープラン(計画) ▼募集期間 11月1日(金)～11月29日(金)必着 ▼公表場所 都市計画課情報公開室、支所・連絡所、公民館、図書館、市ホームページ ▼意見の提出方法・送付先 募集期間中に公表する計画(素案)に記載 (都市計画課)

第3回臨時市議会の結果

10月10日に25年第3回臨時市議会(会期1日)が開催され、補正予算案1件が再議されました。

■平成25年八千代市議会第3回定例会における「議案第1号 平成25年度八千代市一般会計補正予算(第4号)」の議決に係る再議
25年9月27日に修正議決された「議案第1号 平成25年度八千代市一般会計補正予算(第4号)」について、地方自治法第176条第1項の規定により再議に付され、さきの議決のとおり決定しました。
※再議書は、情報公開室または市ホームページで閲覧できます (総務課)

八千代市長の資産等報告書の閲覧

「政治倫理の確立のための八千代市長の資産等の公開に関する条例」に基づいて作られた、市長の資産等報告書が、11月5日(火)から市役所1階情報公開室で閲覧できます。(秘書課)

清掃センター焼却炉のダイオキシン類測定結果は基準以下

清掃センター焼却炉のダイオキシン類の測定結果は次の通りで、いずれも国の基準値を下回りました。

測定日	測定結果	基準値
1号炉 6月19日	0.11ナノグラム	5ナノグラム
3号炉 7月24日	0.0000078ナノグラム	0.1ナノグラム

※1ナノグラムは10億分の1グラム
清掃センター 483-4521