

確定申告で使える「医療費支払通知書」を発行します

確定申告で医療費控除をおこなう際、領収書の代わりに医療費控除の明細書を添付することで申告が可能となったことに伴い、国民健康保険と後期高齢者医療の被保険者を対象に、医療費の支払通知書が発行されます。これを添付することで、**明細書の記入を省略することができます。**

送付時期について

2月末頃にお届けする予定です。これは、通知書作成に必要なデータが、病院から2月中旬に提供されるためです。

この通知書が届く前に申告する方は、従前のおりとなりますので、ご理解とご協力をお願いします。

また、確定申告で医療費控除をしない方は、ご自身の健康管理および医療費の適正化のため、通知書が手元に届きましたら、今一度受診状況をご確認くださいようお願いいたします。

【問い合わせ先】 国民健康保険については、つがる市国民健康保険課 電話42-2111（内線272）
後期高齢者医療については、後期高齢者医療広域連合 電話017-721-3821

要介護認定者に対する税の障害者控除について(税申告用)

障害者手帳等を所持していない満65歳以上の方で、要介護/要支援認定を受けていて次の要件に該当する場合は、所得税や市・県民税の申告の際に**障害者控除対象者認定書**を添付することで障害者控除が受けられます。

障害者控除の対象となる要件	障害者控除の区分	所得控除額(所得税)	所得控除額(市・県民税)
●要介護1～3の高齢者 ●要支援1～2の認知症高齢者で、日常生活自立度Ⅱa～Ⅲbの方	障害者控除	27万円	26万円
●要介護4～5の高齢者 ●要支援1～2または要介護1～3の認知症高齢者で、日常生活自立度Ⅳ～Ⅴの方	特別障害者控除	40万円	30万円

※対象となるのは、平成30年12月31日（死亡者は死亡日の翌日）を基準として、それ以前に6カ月以上の介護認定期間があった方です。平成30年7月1日以降に初めて認定された方は、翌年からの適用となります。

※障害者手帳を所持し特別障害者控除の対象とならない方でも、要介護4～5などの要件を満たしていれば、特別障害者控除の扱いとなるため申請が可能です。

申請手続き 申請者は被保険者本人、または被保険者本人を扶養控除対象としている親族です。介護保険被保険者証（オレンジ色）にて介護度をご確認の上、認め印を持って介護課へお越しください。

認定書の交付 申請内容を審査し郵送により交付するため、確定申告を行う前に申請してください。対象者一人につき一通のみの交付となります。

【問い合わせ先】 介護課 電話42-2111（内線231）

家族そろって「交通災害共済」

2月1日（金）から受付開始
会費は1人350円



共済期間 2019年4月1日～2020年3月31日（1年間）

申込先 市役所総務課、稲垣出張所、車力出張所、つがる出張所（イオンモールつがる柏内）

申込書 加入票を1月下旬に各ご家庭へ配布します。お住まいの地区によっては、2月から3月まで町内会や交通安全母の会などの団体加入協力員が各ご家庭を訪問し加入取りまとめをします。

申込後、加入票控えは紛失しないよう大切に保管してください。

受付期間 2月1日（金）から随時

留意事項 詳細は、毎戸配布される「チラシ」[加入票]でご確認ください。

二重加入に注意	幼・保・小・中学生等については、学校単位で受け付けしますので、町内会単位などとの二重加入がないよう十分ご注意ください。
見舞金等級	〈1等級〉死亡 100万円 〈2等級〉後遺障害 50万円 〈3等級〉重症（30日以上の治療）7万円 〈4等級〉軽傷（30日未満の治療）3万円
請求時の必要書類	見舞金請求書（申込先の窓口備え付け）、交通事故証明書（警察署への自己届出必須）、医師の診断書または柔道整復師の施術証明書、加入票（2019年度はピンクの用紙）控え

【問い合わせ先】 青森県交通災害共済組合つがる支部（つがる市総務課内）電話42-2111（内線342）



健康万歩計は、西北五医師会が、皆さんが健康で元気に過ごすための必要な情報を提供し、ドクターからのアドバイスを紹介するコーナーです。

今月のドクター

木村 淳也 先生

きむら皮ふ科 院長



带状疱疹

重要ポイント

1. 痛みが片側に出現し、皮疹がでたら带状疱疹を疑う。
2. 带状疱疹で一番困るのが痛み。早くきちんと治療することで、痛みが残りやすい。
3. 2016年3月に带状疱疹の予防のためワクチン接種が可能になった。

◎带状疱疹とは

水痘・带状疱疹ウイルスが原因で生じる。このウイルスに初めて感染すると水痘（いわゆる水ぼうそう）です。水痘が治った後、再度このウイルスが増えて、皮膚や神経を攻撃してくるのが带状疱疹です。

◎症状

- どこにでも生じる。
- 水痘にかかっていると年齢に関係なくであるが、50歳以上に多い。
- 片側に神経に沿ってでる。(まれに重症化すると、全身に水痘のようにでる。)
- 水疱・紅斑・丘疹がでて、痛み・かゆみもある。
- 皮疹が出る前に痛み・かゆみができることが多い。
- 皮疹がでると4-7日目まで増加する。
- その後、かさぶたになり徐々に治っていく。痛みも徐々に軽快する。
- まれにほとんど皮疹がでず、痛みだけのことがある。

- 顔面にでると視力障害・顔面神経麻痺を生じることがある。
- 痛みが慢性的に続く『带状疱疹後神経痛』となることがある。

◎治療

- できるだけ早く抗ウイルス剤の内服と皮膚保護の外用剤が基本。早く治療することで『带状疱疹後神経痛』への移行の確率を下げることができる。
- 痛みが強ければ鎮痛剤併用する。

◎その他

- **带状疱疹は人にうつるか？**
水痘にかかったことがない人に水痘として感染させることがある。
- **带状疱疹の予防は可能か？**
ワクチン接種により発症率が51.3%減少し、重症化は61.1%減少したと報告。ワクチンは50歳以上の人に対して接種可能。(自費)
- 『つづらご』は主に東北地方で使われる方言。

まだまだ受けられるよ「がん検診」

医療機関で受けるがん検診は、3月末まで実施しています。早期発見・早期治療が、大切な命や治療後の生活の質に重要となります。実施している医療機関などの詳細は、春に配布した「つがる市個別健診のお知らせ」や広報つがる4月号またはホームページからもご確認できます。

項目	検診内容	対象年齢
胃がん	バリウム検査 (医療機関によって胃カメラ検査も可能)	40歳以上
大腸がん	検便	40歳以上
前立腺がん	採血	50歳以上
乳がん	乳房のレントゲン検査	40歳以上※1
子宮がん	子宮の細胞を少しとる	20歳以上※1
結核	レントゲン検査	65歳以上

(※1) 昨年度受診していない方が対象。受診券が必要です。

つがる市では、
がん検診の費用を
「全額助成」
しています。



お気軽にお問い合わせください。
【申し込み・問い合わせ先】
健康推進課
電話42-2111(内線307)