

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」の電子送付サービスを開始しました

e-Taxでの確定申告等が簡単に利用できるように「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」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る電子送付サービスを開始しました。令和5年1月からは、受け取った電子データを国税庁の提供するe-Tax等に取り込むことができ、簡単に確定申告や年末調整ができます。

詳しくはマイナポータルや日本年金機構のホームページをご確認ください。

健康管理センターだより

65歳を過ぎたら、ワクチン接種で肺炎予防をしよう

記：保健師 福井 佐緒梨

65歳以上の方！肺炎球菌ワクチン接種はお済みですか？肺炎で亡くなる方のうち約9割以上が65歳以上の方です。肺炎を予防するためには、その原因菌である肺炎球菌ワクチンの接種が有効です。

肺炎とは？どうやって感染するの？

肺炎とは、細菌やウイルス等が体の中に入り込んで、肺に炎症が起こる状態のことをいいます。成人が日常でかかる肺炎の原因菌として最も多いのが「肺炎球菌」です。季節を問わず、抵抗力が弱まった時にかかりやすく、普段元気な方でも持病の悪化や体調の変化などがきっかけとなりかかる場合があります。特に高齢の方は急激に重症化し、命に関わる危険性もあるため注意が必要です。

高齢者「肺炎球菌^{はいえんきゅうきん}ワクチン」とは？

「肺炎球菌」による肺炎を予防し、重症化を防ぐワクチンです。接種後3週間程で免疫ができ、約5年間効果が続くといわれています。対象者や接種内容等は右記のとおりです。

【対象者】木古内町に住所のある方で、過去に高齢者肺炎球菌ワクチン（23価肺炎球菌ワクチン）を受けたことがなく、接種日の年齢が次に該当する方。

- (1) 満65歳以上の方
- (2) 満60～65歳未満で身体障害者手帳1級を所持している方

【期間】令和5年3月末まで

【費用】自己負担1,000円

※生活保護受給者は無料。事前に役場町民課で「接種費用全額助成券」の発行を受けてください。

【回数】1回のみ（毎年接種の必要はなし）

【接種医療機関】下記の町内医療機関2ヵ所で接種することができます。直接医療機関に事前に予約し、接種してください。

おおえ内科消化器科 ☎2-6080

木古内町国保病院 ☎2-4895

特に冬の時期は空気が乾燥し、風邪やインフルエンザ等にかかりやすい時期です。ワクチンと合わせて、普段から肺炎に負けない体づくりを心がけましょう！