

医療費の節約にご協力をお願いいたします。

急速な高齢化や、医療の高度化など医療費は、年々増加しています。野木町国民健康保険では、加入されている被保険者の数は減少傾向にありますが、一人あたりの医療費は増加傾向にあります。医療費の増加は、国民健康保険税の引き上げにも影響をします。

日頃から健康に気をつけて病気の予防につとめるなど、医療費の節約を心がけましょう。

《かかりつけ医をもちましょう》

日頃から「かかりつけ医」を決めて、いろいろなことを相談できるようにしておくとう便利です。

《定期的に特定健診などの健康診断を受診しましょう》

特定健診やがん検診を受けて早期発見・治療に心がけてください。

※特定健診は40歳から74歳の国民健康保険加入者の方が対象の健診です。

《重複受診はやめましょう》

同じ病気で複数の医療機関を受診することを重複受診といいます。

医療機関を変えると同じ治療や検査をやり直すため、無駄な医療費が増えてしまいます。

《時間外、休日受診はなるべく避けましょう》

夜間の時間外や休日受診は割増料金がかかります。救急外来を受診しなければならないとき以外は、できるだけ診療時間内に受診しましょう。

《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（後発医薬品）とは、新薬の特許が切れた後に販売される同じ有効成分、同じ効能・効果がある医薬品のことです。ジェネリック医薬品に切り替えることで自己負担額が軽減できるだけでなく、国保財政の改善にもつながります。

問 住民課 電話(57)4137

広報連絡委員レポート №.398

布絵本に魅せられて

広報連絡委員

海老沼 記子



「布地は母親の肌に次ぐ第二の出会い」この言葉は、手作り布絵本全国コンクールのキャッチフレーズです。なんと温かい響きでしょう。私も、その布絵本の手触り・ぬくもりに魅せられた一人です。

私の布絵本との出会いは10年前、親戚が孫に作った『おやこ』という作品でした。フェルトで作ったひよこが母鳥の羽の中に隠れたり、ぶたの子供が母親のおっぱいを吸っていたり、見るからに可愛く、私も作ってみたいと強く思いました。

その時に【ひまわり系の会】のことを聞き、体験講座を受講し、仲間に加わりました。【ひまわり系の会】は図書館を拠点とする布絵本製作ボランティアグループで、図書館主催の講演会受講生の強い要望により発足し、14年になります。その作品は98冊にもなり、最近では握り寿司をテーマにした『いただきます』という作品が子供たちに支持され、賞を頂くまでになりました。

ました。

布絵本は、布・ボタン・ひもなどを材料に1針1針手作業で作られ、見て触って楽しめることが大きな魅力です。図書館まつりなどで、子供たちが楽しそうに遊んでいる姿を見ると嬉しくなります。親御さんが「布絵本は引つ張ったりしても丈夫なのでありがたい」と話していました。私も孫に作ってやり、それで遊んでいる姿を楽しんでいます。

昨年は会員14名の知恵・技術・感性を結集し、町の名所や祭りをテーマにした『わたしたちの野木』というタペストリーの大作を完成させ、町に寄贈しました。ホフマン館やイベント等でご覧になつてください。

また、作品は図書館で貸し出ししています。布絵本の温かい感触を子供も大人も楽しんで頂ければ幸いです。

