

- かかりつけ医がある場合は、受診前に必ず電話相談をして医療機関へ向かいましょう。
- かかりつけ医がない、休日である、感染症に関する相談をしたい場合はあきた新型コロナ受診相談センターへ電話しましょう。

24時間 018-866-7050

8:00~17:00 018-895-9176、0570-011-567

自費で受ける検査が対象

PCR等検査費用を助成します

無症状の方が、全額自費で受けるPCR等検査費用の一部を助成します。

対象

- ・申請日において能代市に住所があること
- ・市税などの滞納がないこと

助成対象

- ・4月以降に無症状者が受けたPCR検査、LAMP法検査、抗原検査であること
- ・行政検査、医療保険適用の検査でないこと
- ・国、地方公共団体からの助成を受けていないこと
- ・通知、証明書などで検査結果の確認ができること

※簡易キットを用いた検査で結果を自身で判定するものは助成対象外

助成額

証明書代を含む、PCR等検査費用の2分の1とし、検査1回につき1万円が上限です。

※同一年度内に1人当たり2回まで助成が受けられます。

必要書類

PCR等検査を受けた日の属する年度末までに、次の書類をそろえて申請してください。郵送での提出も可能です。

- ・PCR等検査費用助成金交付申請書兼請求書
- ・検査費用が分かる領収書などの写し
- ・検査結果が分かる書面などの写し
- ・振込先口座が確認できる通帳の写し

※高校生世代以下の方（18歳に到達する日以後の最初の3月31日までの間にある方）が検査を受けたときの申請については、保護者から申請をしていただきます。その際、保護者に市税などの滞納がないことが条件となります。

申請受付場所

- ・健康づくり課(保健センター)
- ・地域局市民福祉課

送り先

〒016-0157 能代市字腹鞆ノ沢

19-3 保健センター

問合せ 健康づくり課

☎58・2838

健康いきいきメモ

地域づくりに介護予防の視点を

「きょういく」と「きょうよう」を大切に！

問合せ 長寿いきがい課 ☎89・5355

1 住み慣れた地域で、いつまでも元気に暮らし続けるためのポイントはなんだと思いますか？

2 一番の決め手は、「きょういく」と「きょうよう」

3 「今日、行く」ところがある
「今日、用事」がある

4 特別な行先や用事でなくていいんです。身近にある「今日、行く」と「今日、用」が大切なんですよ

高齢者が健康を保ち続けるためには、体力のほかに「きょういく」と「きょうよう」が大切です。

「きょういく」今日、行く
ところがある
「きょうよう」今日、用事
がある

厚生労働省の調査によれば、スポーツやボランティア、趣味などのグループへの参加者が多い地域ほど、転倒や認知症、うつ病のリスクが低い傾向がある、という結果があります。また、地域の集まりに参加したり、近所の方との立ち話なども、社会とのつながりを保つ大事な要素になります。

活動範囲が狭くなりがちな今日ですが、身近な「きょういく」と「きょうよう」で、自分らしくいきいきと過ごしましょう。