



福祉事務所
だより No.39

問い合わせ 福祉事務所 ☎57-8509

子育てに悩んで いませんか？

共に生き
共に支え合う
まちづくりを
目指して

つい感情的に子どもに怒ってしまう、思いどおりにならずイライラする、子どもの成長を考えると不安があって…。誰だって子育てで悩むことがあると思います。そんな時は、少し視点を変えて子育てをしてみませんか？

褒める。

子どもは毎日成長しています。まずは子どもをよく見てみましょう。子どもの行動には子どもなりの努力と成長があります。いいところに気づいたら、積極的に褒めてあげましょう。子どもも自分も豊かな気持ちになれます。

結果よりも、それまでの頑張っている過程を褒めましょう。

褒めるだけでなく、頭をなでたり、抱きしめたりしてもいいですね。



ありがとうも伝えましょう。

「お手伝いしてくれてありがとう」「用事が終わるまで待ってくれてありがとう」など、当たり前と思わず、感謝の気持ちを伝えましょう。

子育てで悩んだら…家庭相談員へ

子育てをしていれば、誰でも、ときには苛立ちやストレスを抱えてしまうものです。

家庭相談員は子どもと家族や、子どもに係わるいろいろな悩み事、心配事を伺い、問題解決のお手伝いをしています。自分だけで抱え込まずにまずは相談してください。

■相談窓口／福祉事務所 平日(8:30~17:15)



褒めるときは、他人と比較せず、前よりできているところを褒めましょう。

人は褒められることで、喜びを感じたり自分に自信が持てるようになります。

11月は児童虐待防止推進月間です

「もしかして」
あなたが救う
小さな手

(平成27年度「児童虐待防止推進月間」標語)

地域のみんで、子どもたちを
虐待から守りましょう。



虐待かも…と思ったら連絡してください！

(連絡者の情報は固く守ります)

■連絡先

平日昼間(8:30~17:15) 福祉事務所 ☎57-8509
夜間(17:15~翌日8:30) および土・日・祝日
市役所(代表) ☎56-0511

児童相談所全国共通ダイヤル
☎189(最寄りの児童相談所へつながります)

緊急時 香南警察署 ☎55-0110
中央児童相談所 ☎088-866-6791

ジェネリック医薬品で 薬代の負担軽減を!



だより 国保

ジェネリック医薬品を使用することで、薬代の自己負担額の軽減だけでなく、医療保険財政の改善にもつながることから、国は「平成29年度末までに、使用割合70%以上」を目標に掲げて利用を促進しています。皆さんも、ジェネリック医薬品の正しい知識と処方について知っておきましょう(香南市では、今年4月現在の使用割合は49%となっています)。

市民保険課 ☎57-8506

① そもそもジェネリック医薬品ってなに？

- ☑ 新薬と同じ有効成分をもつ薬として製造され、同等の効能があると認められている薬です。
- ☑ 開発費が大幅に抑えられるので、低価格に設定されています。
- ☑ 薬事法に基づき、厚生労働省から承認を受けた薬で、安全性も確認されています。

ジェネリック
医薬品を使っ
て
みませんか？



② ジェネリック医薬品への切り替えを 希望する場合は、医師または薬剤師に 相談してください。



市では、40歳以上の国民健康保険被保険者で、慢性疾患などで薬を処方されている方を対象に、ジェネリック医薬品に切り替えた場合に薬代の自己負担額をどのくらい安くできるかをお知らせしています。ぜひ、切り替えの参考にしてください。

? ジェネリック医薬品 Q&A

- Q. 全ての薬にジェネリック医薬品があるの？**
A ジェネリック医薬品がない薬もあります。特許期間がすぎている新薬に対するジェネリック医薬品はありません。
- Q. 薬代は必ず安くなるの？**
A 変わらない場合もあります。ジェネリック医薬品への切り替えにより、薬自体の価格は下がっても、自己負担額がそれまでとあまり変わらない場合もあります。
- Q. どんな場合でもジェネリック医薬品に変更できるの？**
A 変更できない場合もあります。医師や薬剤師が変更すべきでない判断した場合は、変えることはできません。

医療機関
を上手に
受診!

同じ病気で同時期に複数の医療機関にかかる『重複受診』を避けましょう。受診する度に初診料がかかり、医療費が高額になる場合もあります。

また、何度も検査や処置・投薬などを行うと身体にも負担がかかります。医療相談に応じてくれる「かかりつけ医」を持ち、薬の重複投薬や飲み合わせを確認できる「お薬手帳」を活用しましょう。

