

7月6日(月)より、9・10・11月実施予定の集団乳がん検診の受付を開始します。対象は、40歳以上(S56.4.1以前生)で、昨年度乳がん検診を受けていない女性です(無料クーポン券の届いている方は受診可能)。

乳がん罹患率は年々増加し、現在日本人女性の12人に1人が乳がん罹患すると言われています。マンモグラフィ検査は手で触ることができない早期がんを発見できる可能性があり、早期がんは適切に治療を行えば10人中9人が治るとされています。検診を受診し早期発見に努めましょう。

また、定期的な検診に加え、月1回自己触診を行う事も大切です。気になる症状がある場合は、早めに乳腺外科または外科を受診しましょう。7月・8月実施予定の集団乳がん検診も申し込みを受け付けています。ご希望の方は、健康課にお問い合わせください。※新型コロナウイルス感染拡大防止に伴い、検診が中止になる可能性があります。

集団乳がん検診(福祉会館でのバス検診)

健康課 42-8723 へ電話で予約

日程	備考
9/16(水)、30(水)	時間：午後(指定時間) 料金：40歳代 2,000円 50歳以上 1,800円 ※定員各日 28名
10/7(水)、21(水)、27(火)	
11/4(水)、25(水)	

個別乳がん検診(医療機関で受ける検診)

医療機関に直接電話で予約

医療機関	電話番号	料金
市立加西病院	42-2200	2,000円
大山記念病院(西脇市)★	0120-300-503	
服部病院(三木市)※	0794-82-2563	

★印はがん検診無料クーポン券対象者または乳がん検診案内はがきが届いた方のみ受診可能

※印はがん検診無料クーポン券対象者のみ受診可能(視触診検査も実施します)

自己触診の方法(毎月、忘れずにチェック)

●実施するタイミング／生理が終わって一週間くらいの乳腺の安定している時期。閉経を迎えた方や生理不順の方は「毎月1日」など月1回、日にちを決めて。

●ステップ①(目で見て確認)／両腕を上げ下げしながら、正面・側面・斜めからひきつれ、くぼみ、乳頭のへこみなどがいないかをチェックします。直接乳房を見るのではなく、鏡に映



●ステップ②(触って確認)／人さし指・中指・薬指をそろえ、指の腹で圧迫しながら乳房をまんべんなく触り、しこりがないかを確認します。脇の下も忘れず確認してください。



●ステップ③(挟んで確認)／乳頭を挟み、分泌物がないかを確認します。



運動ポイント事業 多可町と連携協定締結

問合先／健康課 ☎42-8723
fax42-7521 kenko@city.kasai.lg.jp

加西市と多可町(吉田一四町長)は、「健幸アプリに関する連携協定」を5月26日付けで締結しました。

加西市が実施しているウォーキングや、イベントに参加するとポイントが付与される「運動ポイント事業」に本年度より多可町が加わりました。

また、アプリも「加西・多可健幸アプリ」に変更され、アプリに登録されている特定の場所を訪れることでポイントが付与されるチェックイン機能が新たに追加されました。また、イオンと連携したポイント事業も6月1日からスタートしており、2月28日まで実施します。今後は更に北播磨広域定住自立圏での事業を広げて活性化を図っていきます。



吉田町長(左)と西村市長(右)

加西の地場農産品等を活用した特産品の創出に取り組む方に対して、その開発にかかる費用を支援します。

- **補助対象経費**／試作に係る原材料費・委託費、パッケージ等デザイン製作委託費等
- **実施期間**／令和3年3月31日まで
- **募集期間**／随時(ただし、予算の範囲内で助成)
- **申込方法**／交付申請書(市ホームページ)に必要事項を記入し、持参してください。

令和2年度の介護保険料

問合せ先／長寿介護課 ☎42-8788
fax42-8955 kaigo@city.kasai.lg.jp

65歳以上の方の介護保険料は各世帯の課税状況や所得等に応じて決定されます。本年度の介護保険料は下表のとおりです。令和元年10月からの消費税引き上げに伴い、軽減強化が行われ、第1、第2、第3段階が変更になります。その他の変更ありません。7月中旬に介護保険料決定通知書を送付します。詳しくは、同封のパンフレットをご覧ください。

保険料基準額 6,200円(月額) × 12カ月 = 74,400円(年間)

● 65歳以上の方の介護保険料(令和2年度)

所得段階	対象となる方	基準額に対する割合	年額	
1	・生活保護受給者 ・世帯全員が市民税非課税で、老齢福祉年金受給者 ・世帯全員が市民税非課税で、課税年金収入+合計所得金額が80万円以下の方	× 0.3	22,320円	
2	世帯全員が市民税非課税	課税年金収入+合計所得金額が80万円を超え、120万円以下の方	× 0.5	37,200円
3		課税年金収入+合計所得金額が120万円を超える方	× 0.7	52,080円
4	本人は市民税非課税で、世帯の誰かが市民税課税	課税年金収入+合計所得金額が80万円以下の方	× 0.9	66,900円
5		課税年金収入+合計所得金額が80万円を超える方	× 1.0	74,400円
6	本人が市民税課税	合計所得金額が120万円未満の方	× 1.2	89,200円
7		合計所得金額が120万円以上190万円未満の方	× 1.3	96,700円
8		合計所得金額が190万円以上290万円未満の方	× 1.5	111,600円
9		合計所得金額が290万円以上400万円未満の方	× 1.7	126,400円
10		合計所得金額が400万円以上600万円未満の方	× 1.8	133,900円
11		合計所得金額が600万円以上の方	× 2.0	148,800円

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少したこと等による介護保険料の減免について

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した等の理由により以下の要件を満たす場合は、申請により第一号被保険者の介護保険料が免除または減額されます。

1. 新型コロナウイルス感染症により、その属する世帯の主たる生計維持者が死亡し、または重篤な傷病を負った第一号被保険者
2. 新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の事業収入、不動産収入、山林収入、または給与収入(以下「事業収入等」という。)の減少が見込まれ、次のいずれにも該当する第一号被保険者
 - ・事業収入等のいずれかの減少額(保険金、損害賠償等により補填されるべき金額を控除した額)が、前年の当該事業収入等の10分の3以上であること。
 - ・減少が見込まれる事業収入等に係る所得以外の前年の所得が400万円以下であること。