

平成27年10月から全国民にマイナンバーが通知されます!!

Vol. 3

先月号に引き続きマイナンバー制度について解説します。今回は、マイナンバー制度と個人情報についてです。

マイナンバー制度が開始されることで、「個人情報が外部に漏れるのではないか」、「他人のマイナンバーでなりすましが起こるのではないか」といった懸念を抱く方もいると思います。そこで、マイナンバー制度の仕組みでは、制度面とシステム面の両方から個人情報保護の措置を講じています。



制度面

- 法律に定めがある場合を除き、マイナンバーの収集・保管を禁止します。
- なりすまし防止のため、マイナンバーを収集する際の本人確認を義務付けます。
- 第三者機関(特定個人情報保護委員会という)が監視、監督を実施します。
- 法律に違反した場合の罰則を従来に比べて強化します。

システム面

- 個人情報は分散管理します。
- 行政機関での情報のやり取りに、直接マイナンバーは使用しません。
- システムにアクセス可能な者を制限・管理し、通信する場合は暗号化します。
- 平成29年1月(予定) から、マイナンバーを含む個人情報をいつ、誰が、何のために提供したのか、住民の方本人が確認できるようになります。

個人番号カードの安全性

- カードのICチップには、プライバシー性の高い情報は記録されません。
- 紛失や盗難にあった場合には、24時間365日専用ダイヤルで対応します。
- 顔写真やパスワードが設定されていますので、もともと不正利用させるリスクは限定的です。

10月以降の通知カード送付に向けて、以下の点をご確認ください。

平成27年10月から、皆様の住民票の住所に、マイナンバーの通知カードをお届けします。現在お住まいの住所と住民票の住所が異なる方は、お住まいの市町村に、住民票の異動をお願いします。

なお、下記に該当する方は、平成27年8月24日～9月25日の期間中に住民票のある市町村に申請することで、お住まいの場所に通知カードを送付することができます。詳しくは、役場住民生活課までお問い合わせください。

- ・東日本大震災の被災者、DV等被害者の方で、住民票を残して別の場所にお住まいの方
- ・医療機関、施設等に長期間にわたって入院、入居することが見込まれ、かつ入院、入所中は住所地に誰も居住されていない方

詳しい内容は・・・

- 全国共通ナビダイヤル 0570-20-0178
平日 午前9時30分～午後5時30分(祝日、年末年始を除く)
- 「社会保障・税番号制度」ホームページ
<http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/>
- 公式twitter https://twitter.com/MyNumber_PR

▶問い合わせ先=
企画課 政策調整係
☎(56)9118

9月は健康増進普及月間です!

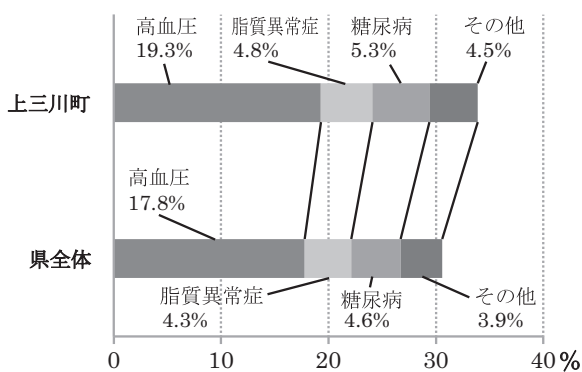
「①に運動 ②に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ」 ～健康寿命を延ばしましょう～

上三川町は生活習慣病で医療機関に受診する人の割合が平成15年度は約29.9%、平成20年度は31.8%、平成25年度は約33.9%と年々増加傾向にあります。平成25年度の県全体の統計は約30.6%で、県全体と比較してもその割合は高くなっています(※図1参照)。

生活習慣病の代表として、高血圧・脂質異常症・糖尿病・脳卒中・虚血性心疾患があげられます。これらの病気は、運動習慣の定着や食生活の改善などで予防することができます(※表1参照)。

「わかっているけれど、なかなか取り組む機会がない」と感じている皆さまのきっかけづくりにも、町では気軽に参加できる運動と栄養の教室を開催します。この機会にぜひご参加ください。

図1 生活習慣病受診者割合の比較
(平成25年度)



栃木県国民健康保険団体連合会「目で見える栃木県の医療費状況(平成25年度)」より

表1

- **プラス10分今より多く体を動かしましょう**
筋力トレーニングだけでなく、掃除や庭の手入れなどの家事も体を動かすことにつながります。
- **いつもの食事に野菜をプラス1皿**
いつもの食事に野菜をもう1皿加えると、大人が1日に必要とされる野菜摂取量の350gに近づきます。
- **たばこの煙をマイナスに**
たばこの煙には多くの有害物質が含まれています。そのため吸っている本人だけでなく周りの人の健康に悪影響を及ぼします。
- **薬で適切な治療を**
すでに治療中の場合は、生活習慣の改善だけでなく、薬で適切にコントロールしていくことが大切です。

元気アップ栄養教室参加者募集

コレステロール、中性脂肪を下げる美味しい献立を紹介します! 脂質異常症の予防、改善をしましょう!

- ▶ 日程=9月28日(月)
- ▶ 対象=町内にお住まいの40歳~74歳の方(これまでに元気アップ栄養教室に参加して頂いた方でもお申し込みできます。)
- ▶ 時間=午前9時30分~午後1時30分
- ▶ 場所=いきいきプラザ
- ▶ 費用=500円
- ▶ 定員=先着24名
- ▶ 申込み締切=9月24日(木)

うき浮き水中運動教室(秋コース)参加者募集

室内でのストレッチ・筋力トレーニング、プールでの水中ウォーキングを通して、楽しく運動習慣を身につけ、生活習慣の改善をめざします。

- ▶ 日程=9月30日から12月16日までの毎週水曜日(全12回)
- ▶ 対象=町内にお住まいの40歳~69歳の方(初回参加の方に限りです。)
- ▶ 時間=午後1時~3時
- ▶ 場所=いきいきプラザ
- ▶ 費用=無料
- ▶ 定員=先着25名
- ▶ 申込み締切=9月24日(木)

▶ 申込み・問い合わせ先=健康課 成人健康係 ☎(56)9133