

40歳から74歳までの国民健康保険加入者と、「令和3年度がん検診・健康診査申込書」で各種健診(検診)を申し込まれた方には、日程が近くなりましたら、受診録などを個別に配付します。

申し込みがお済みでない方は、お早めに申し込めください。

なお、総合健診の詳細は、3月末に全戸配付した「令和3年度健康増進日程表」をご確認ください。

Q 後期高齢者医療被保険者になったら、特定健診は受診できるの？

A 特定健診の代わりに、75歳以上の方を対象とした「健康診査」を無料で受診することができます。



項目	対象者(町民)	受診料金
特定健診	40歳から74歳までの国民健康保険加入者 ※40・45・50・55歳を迎える方は無料	1,000円
胸部レントゲン検査	40歳以上の方	500円
胃がん(バリウム)検診	30歳以上の方	1,500円
大腸がん検診	35歳以上の方	300円
肺がん(カクタン)検診	40歳以上で、喫煙指数400以上の方	700円
前立腺がん検診	50歳以上の男性	500円
肝炎ウイルス検査	40歳以上で、過去に検査歴がない方	500円
歯周病検診	40・50・60・70歳を迎える方	500円

【問合せ】

健康福祉課 健康増進係
電話 0241-62-6180
館岩総合支所 町民課 住民係
電話 0241-78-3325
伊南総合支所 町民課 住民係
電話 0241-76-7713
南郷総合支所 町民課 住民係
電話 0241-72-2225

健診の ススメ

おしえて！ 総合健診 Q&A

Q 去年は人間ドックを受けたし、今年は健診を受けなくてもいいかな？

A 病気を見つける目安は1年です。早期発見・早期治療のために、毎年健診を受診することが大切です。自覚症状が出てからでは、治療に時間を要します。早期発見できれば、時間もお金も最小限で済みます。

Q 国保に加入しているけど、職場の健診を毎年受診しているから、町の健診を受診しなくてもいいんでしょう？

A 職場での健診結果や、医療機関での検査結果を提出いただくと、「特定健診を受診した」ものとして取り扱います。国民健康保険加入者で、町に健診結果を提出いただいた方には、1,000円分の商品券を贈呈します。

※ただし、町が指定する検査項目を満たしている方が対象です。詳しくは、お問い合わせください。

町の総合健診日程が変更となります！

例年4月から開始していた総合健診を、今年度は6月から開始します。町民の皆さんのご理解とご協力をお願いします。

なお、新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止するため、事前予約制としますので、あらかじめご了承ください。生活習慣病の予防・早期発見のため、総合健診の機会をご活用ください。

Q 年齢も若いし、症状もないから健診を受けなくても影響ないよね？

A 自分では、病気に気付けません。生活習慣病は、進行するまで自覚症状がないことがほとんど。症状や異常がなくても、病気が進行している可能性もあります。ぜひ、健診を受けてください！

Q 定期的に通院し、血液検査を受けているけど...健診の受診は必要なの？

A 持病以外の病気が見つかる可能性があります。医療機関では、治療に必要な検査を行うため、幅広い項目を検査するとは限りません。隠れた病気を見つけるために、健診の機会を活用しましょう。

Q 夫の扶養に入っているけど、町の健診を受診することはできるのかな？

A 加入する保険者から発行される「受診券」があれば、受診できます。また、39歳以下で健診を受ける機会のない方には、「若年健診」をご用意していますので、お気軽にお問い合わせください。

コロナに負けず、介護予防を！

感染予防に努めるあまり、体を動かす機会が減っていませんか。体を動かす機会が減ると、足腰が弱り、歩行や立ち座りに影響を及ぼす状態、ロコモティブシンドローム(運動器症候群)に陥り、将来的に要介護状態となるリスクが高まります。

感染予防を徹底しながら、体力の維持に努めてください。「さすけねえ体操」を実践し、毎日10分多く体を動かしてみましょう。

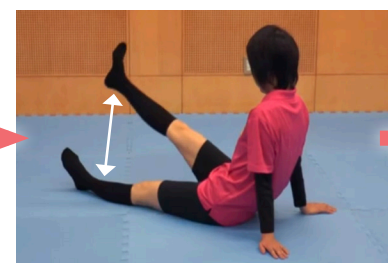
【ロコモティブシンドローム チェック表】

- 片足立ちで靴下がはけない
- 15分(1鞆程度)歩けない
- 家の中でつまずいたり、滑ったりする
- 横断歩道で青信号を渡り切れない
- 2鞆程度の買い物をして、持ち帰るのが困難
- 階段を上がる時、手すりが必要
- 掃除機がけや布団の上げ下ろしなどが困難

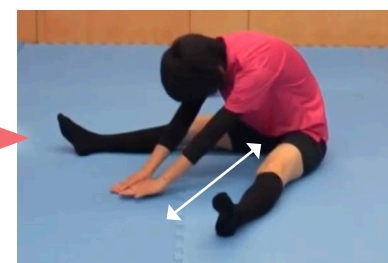
※1項目でも当てはまれば、要注意



1 膝の曲げ伸ばし運動
関節が固まらないよう、何度も動かしましょう。



2 足の上げ下げ運動
日常生活以上に筋力を動かすよう意識しましょう。



3 入念なストレッチ
使わない筋肉は、固まっているので、ゆっくり伸ばしましょう。

【問合せ】 健康福祉課 介護保険係 電話 0241-62-5050



3歳6か月児健診
虫歯ゼロのお友だち
今月は17人！



皆川 華夢 ちゃん (田島)
[大きくなったら...]
キュアホイップになりたい！



渡部 八雲 くん (田島)
[大きくなったら...]
正義を守る警察官になりたい！



室井 寿斗 くん (田島)
[大きくなったら...]
走るのが大好き！オリンピックを目指す！



湯田 隼人 くん (田島)
[大きくなったら...]
騎士竜戦隊リュウソウジャーになりたい！



阿久津 楓李 くん (田島)
[大きくなったら...]
カッコいいカメラマンになりたい！



小椋 詠心 くん (南郷)
[大きくなったら...]
仮面ライダーセイバーになりたい！



渡部 修平 くん (田島)
[大きくなったら...]
仮面ライダーエグゼイドになりたい！



齋藤 楓 くん (南郷)
[大きくなったら...]
大好きな恐竜に関わる仕事がしたい！



貝田 響 くん (田島)
[大きくなったら...]
魔進戦隊キラメイジャーになりたい！



塩生 愛蘭 ちゃん (田島)
[大きくなったら...]
エルサ(アナと雪の女王)になりたい！



猪俣 颯太 くん (田島)
[大きくなったら...]
騎士竜戦隊リュウソウジャーになりたい！



佐藤 旬 くん (田島)
[大きくなったら...]
仮面ライダーセイバーになりたい！



平野 羅夢 ちゃん (田島)
[大きくなったら...]
プリキュアのピンクになりたい！



五十嵐 洸生 くん (田島)
[大きくなったら...]
仮面ライダーセイバーになりたい！



大竹 莉桜 ちゃん (田島)
[大きくなったら...]
プリキュアのピンクになりたい！



山田 時澪 ちゃん (田島)
[大きくなったら...]
憧れの女性消防士になりたい！



佐久間 由樹 くん (田島)
[大きくなったら...]
大好きな車屋さんになりたい！

4・5月の日曜当番医

日程	病院名	電話
4月25日	佐藤 医院 (下郷町)	0241-67-2134
5月2日	高橋 医院 (南会津町)	0241-62-0040
9日	芳賀 医院 (下郷町)	0241-67-2128
16日	馬場 医院 (南会津町)	0241-62-0141
23日	なかやクリニック (南会津町)	0241-73-2036
30日	伊南小野木クリニック (南会津町)	0241-76-7780

※午前中のみ診察です。ご注意ください。

— 保健事業の問合せは —

健康福祉課 健康増進係
電話 0241-62-6180
館岩総合支所 町民課 住民係
電話 0241-78-3325
伊南総合支所 町民課 住民係
電話 0241-76-7713
南郷総合支所 町民課 住民係
電話 0241-72-2225

乳幼児健診・相談カレンダー

● 乳幼児健康診査

日程	内容	受付時間	場所	対象者
4月28日(水)	1歳6か月児健診	12:15~12:45	健診ホール (御蔵入交流館内)	※令和元年7月~8月生まれ
5月12日(水)	3歳6か月児健診			平成29年10月生まれ
5月19日(水)	3~4か月児健診			令和3年1月生まれ
5月26日(水)	1歳6か月児健診			※令和元年9月~10月生まれ

※1歳6か月児健診の対象者が変更になりました。対象となるご家庭には、個別に通知しています。

● 乳幼児健康相談

日程	内容	受付時間	場所	対象者
5月11日(火)	1歳児健康相談	13:30~13:45	健診ホール (御蔵入交流館内)	令和2年4月~5月生まれ
5月13日(木)	6~8か月児健康相談			令和2年10月生まれ