

## 特定健診を返すおまじゆり

国民健康保険の被保険者で、40〜74歳の人を対象に、糖尿病、高血圧、脂質異常などの生活習慣病を予防するために「特定健診（以下、特定健診）」を実施します。その結果基準値を超えた人は「特定保健指導」を受けていただく必要があります。

### ■健診日程

別表「健診日程」参照

### ■検査項目

問診、身体計測、血圧測定、貧血検査、心電図、眼底、血液検査

### ■自己負担額

1500円

### ■対象者に受診券を配布します

国民健康保険に加入している人は、健診申し込みの有無に関わらず「特定健診受診券」「健康診断受診券」が地区の保健推進員を通して配布されます。この健診は皆さんの健康管理に役立ちますので、できるだけ受診するように心がけてください。

特定健診は、心臓病や脳卒中につながるメタボリックシンドロームとその予備軍の人を早期に発見し、心疾患、脳血管疾患、糖尿病などの生活習慣病の発症や重症化を防ぐことを目的として行います。

### ■特定健診の受け方

通知文書の日程を確認し、対象行政区の日にちに健診会場へお越しください。  
当日持参するものは、「特定健診受診券（若草色）」、「国民健康保険証」「健康診断受診券（質問票）」となります。

### ■国民健康保険以外の場合

① 特定健診受診日までに、国民健康保険から他の健康保険に変更があった人は、町の特定健診は受けられませんのでご注意ください。  
② 国民健康保険以外の医療保険にご加入の人はそれぞれの医療保険者が実施する「特定健診」を受診します。  
③ 被扶養者についても受診方法が医療保険者ごとに異なりますので、不明な人はご加入の医療保険者にご確認ください。なお被扶養者で町の「特定健診」を受ける人は、必ず医療保険者から発行された「特定健診受診券」と「健康保険証」を持参し受診してください。

### ■その他

特定健診と同時に実施する検査があります。

### ① 後期高齢者基本健診

健診受診日に75歳以上である後期高齢者医療加入者が対象。健診項目は、問診、身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査となります。

この健診は希望者に対して行います。生活習慣病で治療中の人は主治医にご相談ください。

### ② 前立腺がん検診

50歳以上の男性が対象

### ③ 肝炎ウイルス検診

40歳以上の未受診者が対象

### ④ 肺がん検診

40歳以上が対象

### ⑤ ヤング基本健診

18歳〜39歳が対象

### ■問い合わせ先

町民福祉課 TEL 46-5556  
保健センター TEL 46-5557



### 【別表】健診日程

日時	受付時間	健診会場	対象行政区
8月17日(月)	9:30~11:00	長島公民館	16、17、18区
	13:30~15:00		19、20、21区
8月18日(火)	9:30~11:00	長島公民館	14、15区
	13:30~15:00		3区
8月19日(水)	9:30~11:00	保健センター	1、2区
	13:30~15:00		4、5区
8月20日(木)	9:30~11:00	保健センター	6、7区
	13:30~15:00		8区
8月21日(金)	9:30~11:00	保健センター	9、10区
	13:30~15:00		11区
8月22日(土)	9:30~11:00	保健センター	12区
	13:30~15:00		13区
10月4日(日)	9:30~11:00	保健センター	全地区
	13:30~14:30		

## むし歯のない 3歳児



このコーナーでは、町の健康診査で「むし歯のない3歳児」として表彰されたお子さんを紹介いたします。付き添いの保護者から、むし歯ゼロへの取り組みなどをお聞きしました。



小松代笑蓮ちゃん

「夜は仕上げ磨きをしています」



佐藤琴日那ちゃん

「飲み物はお茶で、夜仕上げ磨き後にキシリトールタブレットをあたえています」



三浦 優羽ちゃん

「自分から歯ブラシを持って磨いています。お茶や牛乳を飲み、夜は仕上げ磨きをしています」



橋本 彩音ちゃん

「夜は、仕上げ磨きをして、あまり甘いものは食べません」

### ☆みんなの広場☆

7月9日「トイレトレーニング」をテーマに9組の参加がありました。子育ての中で関心の高いテーマであり、参加者は熱心に話を聞いていました。



当日は、保育所でのトイレトレーニングの様子や、家庭で取り組む場合のポイントについて説明しました。未満児クラスの子のトイレの見学を勧めると、参加者は、実際に座らせてみたり、積極的に質問をしていました。スタート時期の目安としては「ひとりですることできる」「言葉の理解が進み、少しおしゃべりもできる」「おしっこの間隔が空くようになった」。このような条件が揃ったらトイレトレーニングを始めてみましょう。ただ



上手にトイレできるかな？

し、個人差もあるため、一気にできる場合とできない場合があります。失敗や後戻りしながら成功に近づいていくものであり、焦らず取り組みましょう。次回はプール遊びを予定しています。どなたでも参加できますので遊びに来てください。

### 8月の予定

#### ◎園開放日(園庭・園舎)

▽子育て支援センター 毎週月・水・金曜日

※8月14日(金)は除く

▽長島保育所 毎週水曜日

◎みんなの広場

プール遊び 11日(火)

◎のびのびクラブ

プール遊び 19日(水)

◎給食試食会 25日(火)

■問い合わせ先 子育て支援センター (平泉保育所内) ☎46-2767

### 一関保健所からのお知らせ 申し込み・問い合わせ先…一関保健所保健課 ☎26-1415

#### 血液検査、骨髄バンクドナー登録

下記の無料血液検査や骨髄バンク登録を行っています。希望する人は事前に予約をしてください。

■日時…8月4日(火)、25日(火)

※骨髄バンクドナー登録は9:00~9:30

※血液検査(HIVなど)は11:00~12:00

■場所…一関保健所(一関地区合同庁舎内)

■血液検査種類…▷HIV▷肝炎ウイルス▷性器クラミジア

#### フリースペースひだまり

家の外に出ることができないなど、ひきこもりで悩んでいる人が利用できる「フリースペースひだまり」を開設しています。

ご家族の情報交換・交流も行っています。希望する人は開催日前日までにお申し込みください。

■日時…8月3日(月)、17日(月) 13:30~16:00

■場所…一関市勤労青少年ホーム(一関市田村町)

## 岩手県障がい者スポーツ大会

第17回岩手県障がい者スポーツ大会が6月6日、県営運動公園などで開催されました。

フライングディスク競技アキュラシー5部の部第4組に出場した鈴木寿人さん(13区)、第12組に出場した伊東次夫さん(6区)がそれぞれ組内で1位を獲得しました。



鈴木寿人さん(左端)



伊東次夫さん(左端)