

特定健診を 受けましょう



特定健診とは、40～74歳までの人を対象に、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の早期発見予防を目的として各医療保険者が行うものです。

《医療保険者とは?》

国民健康保険や協会けんぽ(全国健康保険協会)、船員保険、共済組合、後期高齢者医療広域連合など、医療機関に提示する保険証を発行し、医療保険を運営している機関のことです(保険証に記載されています)。また、加入者を被保険者といいますが、加入者のことを被保険者といいません。

国保に加入している人

■特定健診の対象者

40～74歳までの国保加入者(75歳以上または65歳以上で一定の障害がある人は、後期高齢者健診の対象となります)

■健診日程

別表の通り。健診の日時と場所を確認の上、受診してください。

■受診に必要なもの

①受診券(7月下旬に対象者へ保健推進員を通じて配布しています)

②国民健康保険被保険者証(保険証)
③健康診断受診票

※受診券と保険証は、どちらも必要です。どちらか片方では受診できません。

■健診自己負担金

1500円

■検査項目

- ▽問診(既往歴・自覚症状)
- ▽計測(身長・体重・腹囲・血圧)
- ▽尿検査(血糖・尿蛋白)
- ▽血液検査(肝機能・血中脂質・血糖・貧血)
- ▽心電図検査
- ▽眼底検査
- ▽推定塩分摂取量測定(尿検査から、一日に食事からとっている塩分量が示されます)

国保以外の人の

■国保以外の医療保険者の被扶養者

加入している医療保険者に確認し、町で実施する特定健診に合わせ受診する人は、医療保険者が発行する特定健診受診券と保険証を持参し受診してください。日程は別表をご覧ください。

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ご紹介します。付き添いの保護者の方から、むし歯ゼロへの取り組みなどをお聞きました。



千葉 蒼士くん 「夜の仕上げ磨きをきちんとしています」
瀧澤 琥珀ちゃん 「寝る前は仕上げ磨きをしています」
佐藤 湊翔くん 「1日2回の仕上げ磨きと飲み物はお茶にしています」
鈴木 蓮斗くん 「朝、夜は仕上げ磨きをして、お茶を飲んでいきます」

子育ての広場



雨の日や気温の高い日など、外遊びが難しい日には、身近な素材を使い室内で思いっきり遊んでみませんか。

☆新聞紙遊び☆

紙を破く行為は、日常では中々思い切りできる機会がありません。「ビリビリ」という音が子どもの興味を引き出します。

【丸める】

紙をギュッと握ると、さつきまで平面だったものが丸い形に変身! あつという間にボールが出来上がります。

【包む・開く】

いつものおもちゃを包んで子どもたちにプレゼント。興味津々で包みを開きます。



7月のびのびクラブ「新聞紙遊び」の様子

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

※ビニールプールを開放します。利用する人は水着や着替えを持ってください。

◎みんなの広場

▽長島保育所 毎週水曜日

◎着替えをしてみよう!

「身体測定・プール遊び」

1日(火)

◎のびのびクラブ

「プール遊び」

8月生まれの誕生会 10日(木)

※参加申込期限 3日(木)

◎給食試食会 23日(水)

※参加申込期限 16日(水)

■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8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10:30～11:50
- 場所…一関保健所(一関地区合同庁舎内)
- 血液検査の種類…▷HIV抗体検査▷梅毒抗体検査▷肝炎ウイルス検査▷クラミジア病原体検査
- 検査料金…無料

こころの健康相談 (事前予約必要)

専門医師が無料で、こころの健康相談に対応します
■日時…8月3日(木) 13:30～15:30
■場所…一関保健所

フリースペースひだまり (事前予約必要)

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ます。
■日時…8月7日(月)、21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)

別表「健診日程と会場」

日時	受付時間	健診会場	対象行政区
8月17日(木)	9:00～11:00	長島公民館	16, 17, 18区
	13:30～14:30		19, 20, 21区
8月18日(金)	9:00～10:30	長島公民館	14, 15区
	13:30～14:30	保健センター	6, 7区
8月19日(土)	9:00～11:00	保健センター	1, 2区
	13:30～14:30		4, 5区
8月21日(月)	9:30～10:30	戸内コミュニティセンター	3区
	13:30～14:30	保健センター	8区
8月22日(火)	9:00～11:00	保健センター	9, 10区
	13:30～14:30		11区
8月23日(水)	9:00～11:00	保健センター	12区
	13:30～14:30		13区
10月1日(日)	9:00～11:00	保健センター	全地区
	13:30～14:30		

■後期高齢者の人

健診受診日に75歳以上の人は後期高齢者基本健診の対象となります。申し込んだ人には、7月下旬に保健推進員を通じて通知してありますので、受診券・保険証・健康診断受診票を持参して受けてください。

■検査項目

- ▽問診(既往症・自覚症状)
- ▽計測(身長・体重・腹囲・血圧)
- ▽尿検査(血糖・尿蛋白)
- ▽血液検査(肝機能・血中脂質・血糖・貧血)
- ▽推定塩分摂取量測定(尿検査から、一日に食事からとっている塩分量が示されます)

その他

量が示されます)

- ①特定健診と同時に次の検診を実施します。
 - ▽前立腺がん検診(50歳以上の男性)
 - ▽肝炎ウイルス健診(40～70歳の未受診者)
 - ▽肺がん検診(40歳以上)
 - ▽ヤング基本健診(18～39歳)
- ②特定健診の結果、腹囲や血液検査などから指導の対象となる人にはメタボリックシンドロームの改善に向けた特定保健指導を行います。