

## 特定健診を 受けましょう

特定健診とは、40歳から74歳までの人を対象に、生活習慣病の予防と早期発見・治療を目的に、各医療保険者が行っています。また健診の結果、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)およびその予備軍に該当する人には、生活習慣の改善のため特定保健指導も併せて行っています。

本年度は、新型コロナウイルス感染症防止対策に取り組みながら各種健診を実施しますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

※感染防止対策については、個別に配布する健診案内や広報7月号健康ホットラインをご確認ください。

### 《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言います。

### 《国保に加入している人》

■町の特定健診を受診  
40歳から74歳までの国保加入者は、町が実施する特定健診を受診し

## むし歯のない 3歳児

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。保護者から、むし歯ゼロへの取り組みなどをお聞きました。

夜の歯磨き後は食べたり飲んだりしないようにしています



岩淵希乃佳ちゃん

仕上げ磨きをがんばっています



岩淵 颯生くん

寝る前に仕上げ磨きをしています



阿部 彩冬くん

仕上げ磨きを頑張っています



橋階 渚くん

■健診日程  
別表のとおり。健診日程を確認の上、受診してください。

■場所：保健センター

■受診に必要なもの

①健康診断受診票

②受診券

③国民健康保険被保険者証

※①と②については、7月下旬ごろに保健推進員が配布しています。

■自己負担金：500円

■検査項目

▽問診  
▽計測(身長・体重・腹囲)  
▽血圧測定

▽尿検査(尿糖・尿蛋白・推定塩分摂取量)

▽血液検査(肝機能・腎機能・脂質・血糖・貧血など)

▽心電図検査

▽眼底検査

### 《国保以外の人》

■国保以外の被保険者本人  
医療保険者に特定健診の受け方について確認の上、受診してください。

■国保以外の被扶養者  
医療保険者に確認し、町で実施する特定健診に合わせて受診する場合は、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て受診してください。日程と場所は、別表をご覧ください。

▽心電図検査  
▽眼底検査

## 子育ての広場

Family Corner

子育て支援センターで開催されている各活動や子育てに役立つ情報をお届けします。

### のびのびクラブの活動を紹介します

7月ののびのびクラブは、2組の参加となりました。水遊びを予定していましたが、残念ながら天気は雨模様で気温も低く、ホールで遊びました。

テーマを夏の食べ物「すいか」にした今回ののびのびクラブ。うた「スイカの名産地」を歌ったり、「お母さんたちも上手でした」絵本「スイカくんがね」の読み聞かせを見て聞いて、その後はいかのかの起き上がりこぼしをお母さんと一緒に作りました。

画用紙でスプーンを作ってもらい、出来た後は食べるまねをして楽しんでいました。子どもたちです。今日はスイカが食べたいね、涼しいけど「お母さん」と笑いながらのお帰りになりました。コロナ禍で、予定が変更になることもあります、参加でき



起き上がりこぼしを作成

る人は、ぜひご利用ください。活動内容の詳細については、問い合わせください。

### 8月の予定

◎園開放日(園庭のみ)

▽子育て支援センター  
毎週月・水・金曜日  
(幼稚園・保育所の子どもたちも園庭で遊びます。感染予防に各自努めていただきますようお願いいたします)

◎のびのびクラブ

「絵具で遊ぼう」 18日(火)  
▽持ち物  
水筒(お茶か水)、タオル、着替えなど汚れても良い服装できてください)

※参加申込期限 17日(月)

◎【みんなの広場】給食試食会  
は、新型コロナウイルス感染症対策のため、中止とさせていただきます。

■問い合わせ先  
子育て支援センター  
(平泉保育所内) ☎46-2767

### 別表「健診日程と行政区」

日 時	受付時間	行政区
8月17日(月)	9:00~10:00	1区
	10:00~11:00	2区
	13:30~15:00	4, 5, 6区
8月18日(火)	9:00~10:00	7区
	10:00~11:00	9区
	13:30~15:00	8区
8月19日(水)	9:00~10:00	10区
	10:00~11:00	12区
	13:30~15:00	11区(県道東側)
8月20日(木)	9:00~10:00	11区(県道西側)
	10:00~11:00	13区
	13:30~15:00	14, 15区
8月21日(金)	9:00~10:00	16, 17区
	10:00~11:00	3, 18区
	13:30~15:00	19, 20, 21区
8月22日(土)	9:00~11:00	上記日程で受信できない場合
	13:30~15:00	
11月15日(日) ※総合検診	6:30~9:00	消化器系の検診と併せて受診の場合

※総合検診は、特定健診等のほか肝胆腎超音波検診、胃がん検診を同時に実施

■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健診の対象となります。別表の健診日程と場所を確認の上、受診してください。

■受診に必要なもの

①健康診断受診票

②受診券

③後期高齢者医療保険証

※①と②については、7月下旬頃に保健推進員が配布しています。

■自己負担金：無料

■検査項目

▽問診  
▽計測(身長・体重)  
▽血圧測定

▽尿検査(尿糖・尿蛋白・推定塩分摂取量)

▽血液検査(肝機能・脂質・血糖)

■その他

特定健診と後期高齢者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)  
▽肝炎ウイルス検診(40歳~70歳の未受診者)

▽肺がん検診(40歳以上)  
▽結核健診(65歳以上)  
▽ヤング基本健診(18歳~39歳)

《医療機関でも受診が可能に》  
国保加入者を対象とした特定健診および後期高齢者健診が、町の集団健診のほか、一部の医療機関でも受診できます。医療機関での個別健診を希望する場合は、町民福祉課にお申し込みください。

■申し込み問い合わせ先  
町民福祉課 ☎46-5562

### 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

#### 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。相談の予約は1週間前までをお願いします。  
■日時...8月6日(木) 13:30~15:30  
■場所...一関地区合同庁舎千厩分庁舎

#### フリースペースひだまり(事前予約必要)

ひきこもりで悩んでいる人などが利用できます。  
■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)

#### 骨髄バンクドナー登録、血液検査(事前予約必要)

■日時...8月5日(水)、19日(水)  
※骨髄バンクドナー登録 9:00~10:00  
※血液検査(HIVなど) 10:00~11:30  
■場所...一関保健所  
■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(※尿検査)  
■検査料金...無料