



新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、今後も事業が中止、または変更となる場合があります。

総合健診(特定健診 各種がん検診)について

令和3年度最後の集団健診です。生活習慣病予防のためにも年に1度は必ず健診を受け、健康づくりに取り組みましょう。

● 集団健診(検診) 日程

期日	場所
令和4年1月23日(日)、24日(月)	総合福祉センター

● **受付時間** 午前8時30分から10時30分まで。混雑緩和のため受付時間を20分ごとに区切って案内しています。健診の案内票をご覧のうえ、受診してください

● **申込方法** 健診を希望する人は、申込書を送付しますので、電話でご連絡ください。また、申込書が自宅に届いている人は、必要事項を記入して返送してください。申込書は、ご希望の健診日の1か月前までに返送してください

● **健(検)診内容** 各種がん検診(胃がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん・子宮がん・乳がん)、結核検診、特定健診、基本健診、肝炎ウイルス検診

乳幼児健診・相談

12月の乳幼児健診は次のとおりです。該当者には事前に通知をしています。ご確認ください。

● **とき** 健診の内容によって異なりますので詳細は通知(案内)書をご確認ください

● **ところ** 総合福祉センター保健棟

● **内容** 身体測定・問診・小児科医診察・育児相談・栄養相談など

※お子さんのことで相談がある人は、随時個別に対応しますので、お気軽に問い合わせください

区分	期日	対象児
4か月健診	12月9日(木)	令和3年7月13日から 令和3年8月16日生まれ
7か月健診	12月16日(木)	令和3年4月30日から 令和3年5月20日生まれ
12か月健診		令和2年12月1日から 令和2年12月31日生まれ
1歳半健診	12月2日(木)	令和2年5月5日から 令和2年6月2日生まれ
3歳健診		平成30年11月5日から 平成30年12月2日生まれ

脳と血管の若返り教室参加者募集

● **対象者** 後期高齢者医療制度に加入する被保険者

● **とき** 1月18日(火)と3月15日(火)

午前9時30分から午後1時まで

※2日間の参加をお願いします

● **ところ** 総合福祉センター保健棟

● **内容** からだの学習、昼食会、運動、脳年齢測定

● **持参品** 筆記用具、水分補給のお茶等、家庭血圧計(持っている場合のみ)

※動きやすい服装でお越しください

● **参加費** 無料

● **申込み** 1月11日(火)までに電話で申込み。定員(10名)になり次第、締め切り。

※昨年度に認知症予防教室に参加した人は、今年度はご遠慮ください

～冬の感染症に注意しましょう～

冬はウイルスや細菌による感染症が流行する季節です。新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの同時流行やノロウイルス感染症などに注意しましょう。

予防のために…

◎手洗い、うがいを徹底!!

ウイルスや細菌は多くの場合、ウイルスなどに触れた手を介して、口・鼻・目から体内に侵入し、感染してしまいます。手洗いは30秒以上を目安に、指や手のひらのしわの間、手首などもよく洗い、最後は流水できれいに洗い流しましょう。

うがいはのどに付着したウイルスや細菌を洗い流すだけでなく、のどを潤す役割もあります。まずは、口の中をゆすぎ、そのあと上を向いてガラガラうがいでのどの奥を洗い流しましょう。

◎マスクの着用!!

感染予防はもちろんですが、鼻やのどの粘膜の保湿も効果的です。

◎からだの抵抗力を高める!!

バランスの良い食事や適度な運動、十分な睡眠を心がけることが大切です。

◎湿度管理と部屋の換気!!

加湿器を使用するなどして湿度を50～60%に保ち、部屋のウイルス量を減らすため、暖房器具を稼働させたまま、定期的に窓を開けて換気しましょう。



Support

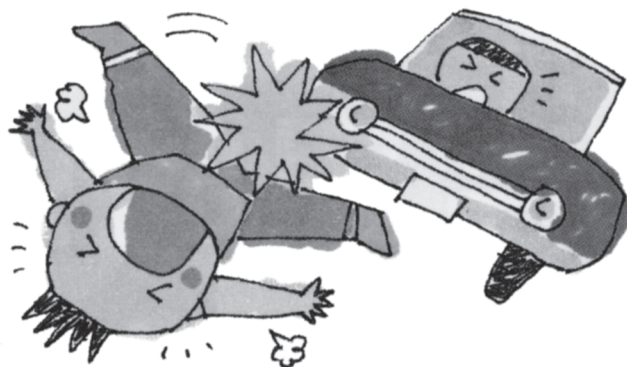
交通事故に遭ったら 示談の前に 必ず国保に届け出を

警察と
役場国保年金係に
必ず届け出を

医療費は加害者が
負担します

示談をするときには
慎重にしましょう

交通事故など、第三者の行為によってけがをした場合は、届け出をすることにより、国民健康保険で治療が受けられます。国保で治療を受けるときは、次のことに気を付けてください。



国保税は
しっかりと納めましょう

国保税の納め忘れなどのある場合は、国保が使えなくなる場合がありますので、お気をつけください。

交通事故など第三者から傷害を受けた場合、その医療費は被害者に過失がない限り、加害者が全額負担するのが原則となっています。したがって、保険診療をした場合でも、加害者が負担するべき医療費は、国保が一時立て替えて支払うだけで、あとで国保がその医療費を被害者に代わって、加害者に請求することになります。

加害者と被害者の話し合いがついて、示談を取り交わしてしまつと、その示談で取り決めた内容が優先することがあります。

そうなると、示談が成立した後は、加害者に請求できなくなる場合があります。交通事故で第三者から傷害を受けた場合は、示談をする前に、国保の届け出を済ませてください。

● 必要なもの 保険証、印かん、事故証明書

①まず落ち着いて
落ち着きが何より大事。ショックのあまり冷静な判断を失ってはなりません。

②相手を確認
ナンバー確認のほか、運転免許証の必要事項も確かめましょう。



③必ず警察へ連絡を
警察への連絡を忘れてはいけません。同時に国保へ届けることも。



④示談は国保へ届けてから
国保で治療を受けたときは示談の前に必ず国保へ連絡。示談は焦ってする必要はありません。



交通事故は、遭わない、起こさないが第一ですが、万一のための心掛けは、しっかり持つておきましょう。