



母子健康手帳の交付

妊娠がわかったら、早めに母子健康手帳の交付を受けましょう。

- **とき** 毎週水曜日の午前10時から11時30分まで。必ず妊婦本人がお越しください
- **ところ** 総合福祉センター保健棟
- **必要なもの** 妊娠届出書（ある人のみ）

平成27年度の総合健診（特定健診） （各種がん検診）

健診が始まっています。下記の日程には若干の余裕がありますので、お問い合わせください。

■集団健診（検診）日程

期 日	場 所
7月13日(月)、14日(火)	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
- **申し込み方法** 健診希望日の1週間前までに総合福祉センターまでお電話で申し込みください
- **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・肝炎ウイルス・結核検診）、特定健診、基本健診
- **申し込み・問い合わせ** 総合福祉センターまで

特定健診は指定医療機関でも受診できます。その際は「特定健康診査受診券」が必要となりますので、お問い合わせください。

暑い季節です。熱中症を予防しましょう!!

暑さを避ける

室内では…

- 扇風機やエアコンで温度を調節する
- 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用する
- 室温をこまめに確認する

外出時には…

- 日傘や帽子の着用
- 日陰の利用、こまめに休憩
- 天気の良い日は日中の外出をできるだけ控える

からだの熱の蓄積を避けるために…

- 通気性の良い、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす

こまめに水分補給する

室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分、経口補水液などを補給しましょう



乳幼児健診・相談

7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

区 分	期 日	対 象 児
4か月健診	7月 9日(木)	平成27年 2月12日から 平成27年 3月14日生まれ
7か月健診	7月23日(木)	平成26年11月28日から 平成26年12月25日生まれ
12か月健診		平成26年 7月 1日から 平成26年 7月31日生まれ
1歳半健診	7月 2日(木)	平成25年12月 5日から 平成26年 1月 2日生まれ
3歳児健診		平成24年 6月 5日から 平成24年 7月 2日生まれ
乳幼児相談	7月22日(水)	平成27年 4月26日から 平成27年 5月23日生まれ

※乳幼児相談は、身体測定・育児相談・栄養相談を行います。申し込みは不要です。お気軽にお越しください。

夏休み子どもクッキング

夏休みの思い出に参加してみませんか。みんなで楽しく料理をしましょう。身近な材料で作れる簡単・おいしいメニューです。

- **とき** 8月7日（金）午前9時30分から午後1時まで
- **対象者** 小中学生とその保護者（子どものみの参加もできます）
- **ところ** 総合福祉センター保健棟
- **参加費** 無料
- **持ってくるもの** エプロン、三角巾
- **申込期限** 7月31日（金）
- **申し込み** 総合福祉センターまで

がん検診を受けましょう

現在、日本人の約2人に1人が「がん」になり、3人に1人が「がん」で亡くなっています。がんによる死亡を防ぐには、検診での早期発見、早期治療が効果的です。「がん検診自己負担無料（無料クーポン）事業」の対象者には、クーポン券を郵送しています。積極的にがん検診を受診しましょう。



こんなときには 「14日以内」に 必ず届け出を



国民健康保険（国保）に加入している世帯の全員、またはその一部の人に次のような異動があった場合には、14日以内に役場保険健康課国保年金係へ届出をしてください。届出を忘れたり、遅れたりすると、保険証を使った医療が受けられないことがあります。

加入は世帯単位で届出は14日以内

国保へは世帯単位で加入し、加入手続きは世帯主が行うことになっていきます。世帯主は自分の家族に異動があったときは、14日以内に届出をしなければなりません。

家族一人ひとりが見んな被保険者です

国保では、加入は世帯単位ですが、家族一人ひとりが皆、被保険者です。保険証は一人に一枚交付されます。同じ住居に住んで生計が一緒の人は同じ世帯となります。

住み込みの店員やお手伝いさんなどでも、雇用主と同じ住居で生活をし、

賃金の支払がなく、生計を一にしていると認められる場合は、雇用主と同じ世帯になります。また、賃金の支払があり、生計が別であると認められる場合は、それぞれ別の世帯となります。

届出が遅れると…

届出が遅れると、①保険税をさかのぼって払わなければならない②医療費を全額自己負担しなければならない③後で医療費を返さなければならぬ、という場合があります。ですので、ご注意ください。

◆ 国保に加入するとき

こんなとき	手続きに必要なもの
ほかの市区町村から転入してきた	印かん、ほかの市区町村の転出証明書
職場の健康保険をやめた	印かん、職場の健康保険をやめた証明書
生活保護を受けなくなった	印かん、保護廃止決定通知書
子どもが生まれた	印かん、保険証

◆ 国保から脱退するとき

こんなとき	手続きに必要なもの
ほかの市区町村へ転出する	印かん、保険証
職場の健康保険に加入した	印かん、国保の保険証、職場の健康保険証
生活保護を受けるようになった	印かん、保険証、保護開始決定通知書
国保の加入者が死亡した	印かん、保険証、預金通帳、会葬御礼のはがき

◆ そのほかのとき

こんなとき	手続きに必要なもの
町内で住所が変わった	印かん、保険証
世帯が分かれた、一緒になった	印かん、保険証
修学のため住所を変えた	印かん、保険証、在学証明書
保険証をなくした、汚れて使えなくなった	印かん、身分を証明するもの、使えなくなった保険証
世帯主や加入者の名前が変わった	印かん、保険証