

## 特定健康診査を受けましょう

今年度も特定健康診査(集団・個別)を実施します。

※人間ドック受検予定の方は受診できません。  
対象の方には、5月下旬に受診票を送付しています。

▼対象  
①40歳以上で受診時に国民健康保険に加入している方  
※平成30年度中に40歳になる39歳の方も受診できます。

②受診時に後期高齢者医療制度に加入している方  
▼日程別表のとおり  
▼受付時間(集団) 9時30分～11時、13時30分～14時30分  
▼費用 無料

◆同時にがん検診等も実施します

胸部(結核・肺がん)、胃の健康度検査、大腸がん、前立腺がん検診を実施しています(胃の健康度検査、大腸・前立腺がん検診は負担金あり)。大腸がん検診は事前に申込みください。  
ご家族等に対象の方がいらしたら受診を勧めてください。  
※なお、がん検診については、国民健康保険加入者以外の

方も受診できます。

### ◆個別健診

集団健診の日程が合わない等の方は、市立国保大網病院で特定健康診査を受けることができます。

健診の内容は集団と同じですが、国民健康保険の方は1,000円の負担金がかかります。後期高齢者医療保険の方は

無料です。がん検診も同時に受けられますが、胃の健康度検査、大腸・前立腺がん検診は、別途負担金がかかります。

健診を希望する方は、事前に申込みください。

### ◆特定健康診査について

市内の他の医療機関でも受診可能となるよう調整中です。実施医療機関が決まり次第、広報または市ホームページでお知らせします。

▼実施期間 6月1日(金)～平成31年3月28日(木)  
▼受診日時 月・火・水・木 13時30分  
閏市立大網病院健診センター  
☎0475(70)1082

健康増進課健康増進班  
☎0475(72)8321

## 大網病院で、特定健康診査(国保・社保)・健康診査(後期)の個別健診を受診できます!

▶対象=市役所またはご加入の保険組合から受診票が届いた方  
※社保の方は、ご加入の保険組合によっては受診できない場合があります。

▶検査日時=毎週(月)・(火)・(水)・(木) 13時30分から

※完全予約制。平成31年3月28日(木)まで。

▶予約受付時間=(月)～(金)8時30分～17時

▶受診方法  
①受診票が届いたら、大網病院に予約の連絡をする。

②受診の当日、健診受診票、保険証、一部負担金を持参する。

③受診終了後、病院へ一部負担金を支払う。

▶その他=「特定健康診査」・「健康診査」(個別健診)と「大腸がん検診」・「肺がん・結核検診」・「前立腺がん検診」・「胃の健康度検査(ABC検診)」を併せて受診することが可能です。胃の健康度検査は単独でも受診できます。

☎0475(70)1082

### ◆午後の外来診療を行っています

▶診療日=祝日を除く(月)～(金)14時～

▶受付時間=16時30分まで

▶診療科目=内科・外科・整形外科(整形外科は(火)午後は休診)

☎0475(72)1121

### ●別表：特定健康診査日程(集団)

実施日	会場
6月2日(土)	老人福祉センター「コスモス荘」
6月5日(火)	農村環境改善センターいずみの里
6月6日(水)	
6月7日(木)	
6月8日(金)	
6月12日(火)	大網白里アリーナ(メインアリーナ) ※上履き持参
6月13日(水)	
6月14日(木)午前のみ	
6月15日(金)	
6月16日(土)	農村ふれあいセンターやまべの郷 ※上履き持参
7月13日(金)	
7月14日(土)	
7月17日(火)	
7月18日(水)	保健文化センター3階ホール ※駐車スペースに限りがあり、当日は混雑が予想されます。公共交通機関等のご利用をお願いします。
7月19日(木)	
7月20日(金)午前のみ	
7月21日(土)	
7月24日(火)	
7月25日(水)	

## 柔道整復師の施術を受けられる方へ

柔道整復師の施術を受けた場合、治療内容が健康保険の対象にならないケースがあります。

医療の適正な利用のため、負傷原因(いつ・どこで・何を、どのような症状があるのか)を、正確に伝えてください。

◆対象となる治療内容  
・医師や柔道整復師の判断で、急性の外傷性の骨折、脱臼、打撲および捻挫で内科的原因によるものでないもの。  
・骨、筋肉、関節のけがや痛みで、その負傷原因がはっきりしているもの。

◆対象外となる治療内容の例  
・疲労性、慢性的な要因からくる肩こりや筋肉疲労  
・脳疾患後遺症などの慢性病や症状の改善がみられない長期の施術  
・保険医療機関(病院・診療所)で同じ負傷等の治療中のもの  
・労災保険が適用となる仕事  
中や通勤途中での負傷  
詳細は問い合わせください。

☎0475(70)0334



## 平成30年度の各種訓練計画を作成

### ◆土砂災害避難訓練

地域を区分し、順次実施。  
▼日にち 7月29日(日)  
▼会場 大網小学校、農村ふれあいセンターやまべの郷  
▼対象 餅木、金谷郷の土砂災害警戒区域内の住民

防災訓練  
▼概要 指定緊急避難場所から指定避難所(瑞穂小学校)への誘導、区・自治会や自主防災組織等と連携し、避難所運営訓練を併せて実施など

### ◆津波避難訓練

▼概要 内容を充実させながら、毎年、訓練を実施。  
▼日にち 11月11日(日)  
▼会場 津波避難ビル等  
▼対象 大津波警報発表時、避難対象地域の住民

▼概要 避難行動要支援者の避難行動、迅速な避難行動の徹底など  
詳細は問い合わせください。

▼日にち 9月30日(日)  
▼会場 瑞穂小学校  
▼対象 瑞穂小学校区の住民(避難訓練)、全市民(総合)

☎0475(70)0303

☎0475(70)1082

☎0475(72)1121

## 生活サポーター養成研修に参加しませんか

少子・超高齢化社会を迎え、団塊世代が75歳以上となる2025年には介護サービスの担い手不足が心配されています。そこで、ヘルパー資格を必要とせず、地域にお住まいの高齢者で家事援助(買い物やゴミ捨てなど)が必要な方の手助けをする生活サポーターの活躍が期待されています。

研修では、高齢者の生活支援に必要な基礎知識を身につけます。余暇時間を使って地元で働きたい方は、ぜひご参加ください。

▶日時=6月26日(火)13時15分～16時30分・27日(水)9時30分～16時30分※昼食は各自でご用意ください。

▶会場=中央公民館2階講義室

▶内容=介護予防・日常生活総合事業の概要、生活サポーターの基本理解、生活支援の方法、対人援助マナー・コミュニケーション技法など

▶対象=市内に住民登録のある方  
▶申込方法=社会福祉協議会の窓口または電話で申込み  
▶申込期限=6月15日(金)

### ◆Q&A

Q 生活サポーターになるには、どうすればよいのですか。

A 生活サポーター養成研修を修了し、介護予防・日常生活支援総合事業の訪問型サービスAの指定を受けている介護保険事業所に生活サポーターとして登録する必要があります。

Q 生活サポーターは、何ができますか。

A 高齢者の家を訪問し、家事援助(買い物やゴミ捨てなど)を行います。

☎0475(72)1995

## あんどんねえさく『九十九里地域認知症家族の会』in大網白里市

認知症の方を介護されている方同士で、介護の悩みや困っていることなどを語り合ってくださいませんか?

※申込みは不要です。

☎0475(70)0439

☎0475(70)1093

▼日時 6月1日(金)13時30分～15時  
▼会場 中央公民館2階 談話室

▼内容 認知症の個別相談、参加者同士の交流

▼対象 認知症の方(疑いを含む)を介護している方  
※市外にお住まいの方も参加

