

国保加入の40歳～74歳の皆さん!!

# 特定健診

は受けましたか?



健診期間：残り 2ヶ月

～平成23年12月31日まで～

※受診には、『受診券』と『保険証』が必要です。

※右の3つから1つを選択して受診 ①集団健診 ②個別の病院で受ける特定健診 ③人間ドック

※今年度最後の集団健診は、12月4日(日) 西原町中央公民館で(受付:午前9時～11時)

【お問い合わせ】福祉部健康推進課 保健予防係 ☎945-4791(内線160)

## 東日本大震災の義援金受付延長のお知らせ

東日本大震災の義援金については、震災発生当初からこれまで町民のみならず、各企業、各団体から温かいお気持ちをお寄せいただきありがとうございます。

日本赤十字社では、今回の被害の大きさに鑑み、当初9月30日までの予定であった受付期間を延長することになりました。

それに伴い、西原町分区でも、西原町役場内及び各公共施設に引き続き募金箱を設置し、支援を継続することとしています。みなさまのご支援とご協力をよろしくお願い致します。

※義援金受付期間・・・平成23年3月11日～平成24年3月31日

義援金受付(8/20～9/30分)	スナックふれあい	15,360円
	太田小児科医院設置募金箱	10,766円

3月14日～9月30日までに寄せられた義援金の受付総額 **12,208,426円**

※東日本大震災被災者見舞金について

西原町では、東日本大震災により被害を受け本町に避難している方に対し、必要な援護を行うため災害見舞金(1世帯につき50,000円)を支給しています。西原町に1ヶ月以上住んでいる被災者の方で、申請がまだの方は下記窓口までご連絡ください。

お問い合わせ：福祉部福祉課 社会福祉係 ☎945-5311(内線121)

西原町国民健康保険加入者で40歳～74歳の方へ

～特定健診受診のススメ～

**受診券の有効期限が迫っています!**

(平成23年12月31日まで)

誰にとっても健康は、大きな財産です。

生活習慣病は、その名のとおりの普通の生活で習慣化した不規則な食事や運動不足が積み重なった結果、内臓や血管が汚れ痛んだ状態になることです。

やっかいなことに、生活習慣病は痛みや症状が出てからでは手遅れの状態が多いのです。

しかし日ごろから、ある程度規則正しい食事時間(もちろん内容も!)・運動習慣などを心がけて実行する、といったちょっとした努力で防げるものです。また、早いうちなら回復も十分可能です。その手助けとなるのが、「特定健診・保健指導」です!

特定健診・保健指導で病気を防ぐ

「特定健診」で病気や「カラダの現在の状態を知る」ことが、まず大事!

健康であっても、定期的に健康診査を受診して、常に自分の体の状態を知りましょう。

「特定保健指導」では、特定健診の結果で分かった健康の程度に応じ、あなたの健康づくりを手伝います。

西原町の特定健診・保健指導は、

1. 集団健診では、がん検診も割安で受診できます。
2. 腎臓の健康度がわかる検査も行っています。
3. 保健師・栄養士による支援があります。



【ご注意ください!】健診受診の際には『保険証』と『受診券』が必要です!

今年最後の

まだ特定健診を受けていない人、集まれー!

日時  
場所

## 住民健診のご案内

12月4日(日) 受付時間:午前9時～11時

西原町中央公民館

『保険証』と『受診券』をご持参ください。

(20代30代の方はハガキタイプの受診券と基本健診料1,300円がかかります。)

【その他注意事項】

※社会保険(協会けんぽ)の被扶養者の受診については、あらかじめ扶養者の勤めている事業所等へ申請するなど、受診券の準備が必要です。

※後期高齢者医療保険加入者も受診できます。

※病院で特定健診を受診する個別健診、あるいは人間ドックという受診方法もあります。

お問い合わせ 福祉部健康推進課 ☎945-4791(内線157～160)