

がん検診がお得な値段で受診できる 集団健診のご予約を忘れずに♪

【特定健診、胃・肺・大腸がん検診】

場 所 西原町保健センター（西原町役場） **受付時間** 8:00～11:00

自己負担額 20代30代健診 1,300円、 特定健診(40歳以上) 無料、 心電図(国保加入65歳以上) 無料、
胃がん：(偶数年齢) 1,000円、 肺がん 400円、 大腸がん 600円

日 程	対象行政区	<Web予約・受付期間>		<電話予約・受付期間>	
		(西原町ホームページ)		電話番号 098-889-6492 (沖縄県健康づくり財団)	
9/1 日	棚原、徳佐田、森川、坂田、 掛保久、我謝、桃原、小波津、 小波津団地、県営西原団地	7/4(木)～8/2(金) 24時間対応		7/31(水)～8/2(金) 8:30～12:00、13:00～16:00	
10/5 土	すべての行政区	8/3(土)～9/6(金) 24時間対応		9/4(水)～9/6(金) 8:30～12:00、13:00～16:00	

※予約受付期間中でも定員に達し次第、受付を終了する場合があります。ご了承ください。

【お問い合わせ】 健康保険課 保健予防係 ☎098-911-9163

健康ポイントカードが新しくなりました！

健康づくりに取り組む意識の向上と習慣化のために、今年度も「西原町国保健康ポイント事業」を実施します。これまでは抽選で特典を進呈しておりましたが、今年度はポイント達成後、先着400名で必ず特典(3,000円分の商品券)を進呈します♪

特典交換までの流れ

★対象：西原町国保加入者(20～74歳) ★応募締切：2025年2月28日(金)まで

①ポイントカードを受け取る(健康保険課 保健予防係)

②健康行動(特定健診や体重記録など)を実践し、ポイントを貯める

③3,000ポイント達成後、特典(3,000円分の商品券)と交換する♪

注意事項 ●応募は1人1回のみ、●ポイントを第3者に譲渡することはできません。



【お問い合わせ】 健康保険課 保健予防係 ☎098-911-9163

健康だより

危険信号!! 沖縄の働き世代が危ない?!

働き盛り世代において、年齢調整死亡率が全国に比べて高いことが課題となっています。西原町でも同様の健康課題がみられます。今一度、ご自身の体と向き合ってみませんか？

※年齢調整死亡率とは、年齢構成が異なる集団の死亡状況を比較できるように調整した死亡率

【沖縄県の年齢調整死亡率の順位(R2)】			
男性	女性	男性	女性
[ワースト]			
35～39歳:4位	35～39歳:7位	35～39歳:7位	35～39歳:7位
40～44歳:1位	40～44歳:4位	40～44歳:4位	40～44歳:4位
45～49歳:1位	45～49歳:5位	45～49歳:5位	45～49歳:5位
50～54歳:1位	50～54歳:1位	50～54歳:1位	50～54歳:1位
55～59歳:2位	55～59歳:12位	55～59歳:12位	55～59歳:12位
60～64歳:3位	60～64歳:4位	60～64歳:4位	60～64歳:4位

西原町の65歳未満の死亡率も
全国平均より高いんです！

悪性新生物、肝疾患、脳血管疾患
に関連した死亡が多い

健康に長生きするためには??

①健康診断を受けよう！

1年に1回は健診を受けて
自分の体をチェック
しましょう。



②肥満を改善しよう！

食事や運動で下記のBMI、
腹囲を目指しましょう。

BMI 25未満
腹囲 男性 85cm 未満
女性 90cm 未満

BMIの計算方法
体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

③適正飲酒量を守ろう！

1日の目安は以下の通りです。

ビール 度数:5% 量:500ml

焼酎 度数:25% 量:110ml

缶チューハイ

度数:5% 量:500ml

度数:7% 量:350ml



④重症化する前に
早めの受診を！

生活習慣病は自覚症状が
ありません。医療機関へ
受診が必要と言われた方
は早めに医師に診てもら
いましょう。

令和7年度西原町職員採用候補者試験について

【受付期間】令和6年8月2日(金)～8月18日(日)

【第一次試験日】令和6年9月22日(日) 10時 西原町役場

【申込方法】インターネット申込のみ

1. 職種区分、採用予定人員及び職務内容

職 種	採用予定 人 員	職 務 内 容
行政職(初級)	若干名	行政事務
行政職(上級)		
行政職(行政実務経験者) ※西原町での行政実務経験が2年以上ある者		
技術職(土木・建築・電気・ 機械・上下水道)	若干名	技術職業務(行政事務含む)
技術職(行政実務経験者) ※官公庁や行政機関で技術職の実務経験が2年以上ある者		
行政職(学芸員) ※考古学	若干名	学芸員業務(行政事務含む)
現業職	若干名	調理業務(給食運搬車両運転含む)

※受験資格等の詳細については、町ホームページをご覧ください。

(トップページ → 新着情報)

「令和7年度西原町職員採用候補者試験案内」



※申込みについては、町ホームページ内の申込み専用サイトリンクに
アクセスしてください。

【お問い合わせ】 総務課 職員係 ☎098-945-5011

西原町給水装置指定店

○水廻りリフォーム(大量仕入れの為お安くなります。)

・TOTO 便器 58,200円(税別)より ・CHOFU ボイラー97,800円(税別)より
(工事費お見積もり致します。)(工事費お見積もり致します。)

その他ウォシュレット、洗面台、システムキッチン、ユニットバス、
水栓金具取替え、排水金具取替え、換気扇取替え、タイル張替え、
水道管取替え(塩ビ管)

○塗装、防水、ひび割れ補修

お気軽に
お電話
ください



サンリフォーム沖縄

西原町字内間111-2 TEL.882-9155

☎0120-882-916

医療法人
和み会

城間 医院

西原中学校向かい
電話:(098)945-4551

内 科

胃・大腸カメラ
生活習慣病 など

心 療
内 科

心の不調
睡眠障害 など