

◆検診で体の定期点検!

平成30年度の各種健診についてご案内します。健康診査は生活習慣病の予防や悪化防止、がん検診はがんの早期発見を目的としています。

対象者には毎年一人一回、町から助成があり、自己負担が軽減されています。

【集団健診と個人健診】

近くで手軽に受診したい方には、保健センターの

◎平成30年度の健康診査・がん検診一覧

| | | 旭川がん 検診セン ター (集団) | 旭川がん 検診セン ター | 深川市 立病院 (ドック) | 旭川厚 生病院 (ドック) |
|----------|---------|----------------------------|--------------------|---------------------|---------------------|
| 健康 診査 | 20~39歳 | ○ | ○ | 30歳~ | 30歳~ |
| | 40~74歳※ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| | 75歳以上 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| がん 検診 | 胃・肺・大腸 | 20歳~ | 20歳~ | 30歳~ | 30歳~ |
| | 乳 | 40歳~ | 20歳~※ | 30歳~ | 30歳~ |
| | 子宮 | 20歳~ | 20歳~ | 20歳~ | 20歳~ |

※40~74歳の健康診査は、国保の特定健診です。
 ※国保特定健診は近隣の指定医療機関でも行っています。
 ※20~29歳の乳がん検診は超音波検査で、旭川がん検診センターのみ実施します。

集団健診がおすすりめです。今年7月18日(水)~7月20日(金)と、10月20日(土)~10月21日(日)の計5日間実施します。乳がん・子宮がん検診は7月18日(水)と10月20日(土)のみ実施し、この日は女性の方を優先させていただきます。

集団健診では日程が合わない方などには、通年で受けられる個別健診がおすすりめです。旭川がん検診センターでは希望の健診を選んでも受けることができます。

深川市立病院では人間ドックまたはミニドック(特定健診+胃・肺・大腸がん検診)と乳がん・子宮がん検診、旭川厚生病院では人間ドックが受けられます。
【今年度の主な変更点】
 ○保健センターで行う乳がん検診の対象年齢が、健診担当医

いんぷおめしよん

情報蔵

information

の見解により、国と同じ40歳以上になりました。30~39歳の方は深川市立病院、旭川がん検診センター、旭川厚生病院で受けられます。

○75歳以上の後期高齢者健診を人間ドック(深川市立病院、旭川厚生病院)でも受けられるようになりました。

○人間ドック助成額(胃・肺・大腸がん検診分)を6,750円から7,400円に増額しました。

【申し込み・お問い合わせ】
 保健センターの集団健診申し込みは5月8日(火)~6月25日(月)までとなっています。早い時間は混みますのでご希望の方はお早めにご連絡ください。保健センター以外の健

診は随時受け付けています。詳しいことは町保健センター保健師(☎32-2411内線 194)までお問い合わせください。

ねんきん

◆障害年金をご存じですか
 障害年金は、病気やけがによつて生活や仕事などが制限されるようになった場合に、現役世代の方も含めて受け取ることができる年金です。

障害年金には「障害基礎年金」と「障害厚生年金」があり、病気やけがで初めて医師の診療を受けたときに国民年金に加入していた場合は「障害基礎年金」、厚生年金に加入していた場

合は「障害厚生年金」が請求できます。

なお、障害年金を受け取るには、障害の程度が一定の基準以上の状態にあることや、年金保険料を一定の期間納付していることなどの受給要件があります。

◆国民年金の任意加入制度について

60歳までに老齢基礎年金の受給資格期間(10年)を満たしていない場合や、40年の納付済期間がないため老齢基礎年金を満額受給できない場合で厚生年金・共済組合に加入していないときは、60歳以降でも国民年金に任意加入することができます。(申請した月からの加入となります)

戸籍の窓

3月16日～4月15日 届け出分

お誕生おめでとう
ございます

武田 恋明^{こはる}ちゃん 3/20 晃幸さん
永澤 夕陽^{ゆうひ}ちゃん 3/29 佑介さん

お悔やみ
申し上げます

寺岡 忠男 さん 3/16 91歳
保坂謙之助 さん 4/4 90歳
佐藤 勇次 さん 4/8 81歳

ご厚志ありがとう
ございました

妹背牛町社会福祉協議会

- 5区 高見 明 様
母 高見アサ子 氏 死去に際して
- 1区 寺岡 敏之 様
父 寺岡 忠男 氏 死去に際して
- 2区 梅澤 見堂 様
父 梅澤 玄航 氏 死去に際して
- 1区 保坂 峯子 様
夫 保坂謙之助 氏 死去に際して



けいさつ

◆特殊詐欺被害の防止について

- ・「民事訴訟告知センター」「総合消費料金未納分訴訟最終通知書」などといった架空請求のハガキにご用心
- ・相手方に連絡しない、お金は払わない、家族や警察へ相談を。
- ◆カラス・キツネなどへの餌付けの防止について
- ・フンによる環境汚染のおそれがあります。
- ・インフルエンザやエキノコックスなど感染症のおそれがあります。
- ・動物からの攻撃を受けるおそれもあります。
- ◆夏タイヤへの交換について
- ・冬タイヤは舗装道路でのグリップ力が低下し、制動

しょうぼう

◆地震に備えて！

地震による人的被害の多くは、倒れてきた家具や落下物などによる負傷です。いつ、どこで地震に襲われるか分かりません。地震時に大切なものは落ち着いて正

- ・距離が伸びます。
- ・適切な時期のタイヤ交換と空気の点検をお願いします。
- ◆タイヤ盗難の防止について
- ・タイヤ交換時期にタイヤ盗難が多く発生しがちです。
- ・保管場所の施錠やチェーンによる連結などの盗難予防を。

- ・しい行動をし、我が身の安全を確保することです。
- 地震発生時の行動
- ・緊急地震速報や大きな揺れがあった時はまずは身の安全を最優先に考えて行動します。
- ・丈夫なテーブルの下や、物が「落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」空間に身を寄せ、揺れがおさまるまで様子をみます。
- 地震発生直後の行動
- ・火を使っている時は、揺れがおさまってから慌てずに火の始末をしてください。
- ・揺れがおさまったのを確認してから、ドアや窓を開けて、必要に応じて避難が

- ・出来るように出口を確保してください。
- 地震後の行動
- ・家屋倒壊の恐れや近隣に大きな火災が発生した時は、避難所などに避難してください。
- ・我が家の安全が確認出来たら、隣近所の安否を確認してください。
- ・火災などの二次災害を防ぐために、避難が必要になった時は、出来るだけ電気のブレーカーを落とし、ガスの元栓を閉めてから避難してください。
- 安否確認は複数の方法で
- ・災害用伝言ダイヤル「117」（音声による伝言サービス）や公衆電話、Eメールなど活用し、離れ離



れになっている家族などの安否確認をしましょう。地震による被害を最小限に留めるためには、日頃から家の中の安全対策を施し、家族や隣近所の人たちと訓練を行い、地震がきても落ち着いて行動出来るようにしましょう。