

◆お忘れではありませんか？**集団健診申込みはまだ間に合います！**

保健センターで実施する夏の**集団健診**は、7月18日(水)から始まります。申込み締め切り日は過ぎていますが、いますぐお電話いただければ、まだ間に合います。ぜひ申込みください。(☎3212411 保健センター)

★**健診日** 7/18(水) 7/19(木) 7/20(金)  
★**受付時間** 午前6:30～10:30  
午後1:30～2:30  
(午後の受付があるのは18日のみ)

★**健診項目**  
○**特定(一般)健診**  
○**がん検診**  
胃・肺・大腸・前立腺・子宮・乳(18日のみ)  
○**骨粗しょう症検診**  
○**肺年齢測定**

※健診日により実施していない健診項目もありますので、お問い合わせください。

○**健診に関するよくある質問**

Q 胃がん検診はバリウムを飲むのが大変そうで抵抗があります

A バリウムの量は以前に比べるとずいぶん減り(約120cc)、果物味

c)がついているので飲みやすくなっています。



Q たくさんの項目を受けると料金が高くなるのでは？

A 一般的な項目(特定健診、胃・肺・大腸がん)であれば、自己負担1400円(女性は子宮・乳がんを追加して3600円)で受診できます。なお、75歳以上の方や町民税非課税世帯の方等は、一部の健診項目を除いて無料で受診できます。また、21歳～61歳の5歳ごとの年齢の方には、がん検診の無料クーポン券を送付していますのでぜひご利用ください。

Q 集団健診は日程の都合がつかないのですが…

いんふおめーしょん

情報蔵

information

A 秋の**集団健診**は10月20日(土)21日(日)に実施します。また、深川市立病院、北空知の医療機関、旭川厚生病院、旭川がん検診センターでは、通年で個別健診を実施しています。料金や健診項目に違いがありますので、保健センターまでお問い合わせください。

Q 乳がん・子宮がん検診は痛いと言いましたが…

A 乳がん検診は乳房のレントゲンです。プラスチック板と撮影台に乳房をはさむので人によっては痛みを感じますが、5秒くらいで終わります。検査技師は女性なので安心できると思います。子宮がん検診は、検

診機関に痛みを軽減する工夫(ジェルの使用等)をしてもらえるよう要望をあげています。

Q まだ若いので健診を受けなくてもいいのでは？

A 近年、若い年代から糖尿病や高血圧等の生活習慣病にかかるひが増えています。妹背牛町では一部の健診項目を除き20歳から受診できます。年に一回の体の定期点検を若い年代から習慣にしていきましょう。

けいせつ

◆**近隣の女児付きまとい事件の発生について**

・妹背牛だけは安心と思うのは大きな間違いです。  
・知らない人間の言葉を信じない、ついて行かない、

車に乗らない。  
・非常時は周囲に大きな声で助けを求めろ。  
・保護者の方はお子様によくご指導を。

◆**自転車の交通事故防止について**

・自転車は、衝突が重傷、死亡へと繋がる危険性があります。  
・自転車にも交通ルールが適用されます。一時停止、信号を守りましょう。  
◆**まだまだ続く架空請求ハガキについて**

・「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」等の架空請求のハガキが現在も町内に郵送されています。  
・相手方に連絡しない、お金は払わない、家族や警察

# 戸籍の窓

5月16日～6月15日 届け出分

お誕生おめでとう  
ございます

高橋 あやと綾人くん 5/9 翼さん

お悔やみ

申し上げます

小畑 勇吉	さん	5/23	76歳
照井えつ子	さん	5/23	66歳
山下 茂子	さん	5/25	89歳
永田 菊枝	さん	6/6	95歳

ご厚志ありがとうございます

ございました

妹背牛町社会福祉協議会

■2区 小畑 久子 様  
夫 小畑 勇吉 氏 死去に際して

■1区 照井 和政 様  
妻 照井えつ子 氏 死去に際して

■1区 永田喜代子 様  
義母 永田 菊枝 氏 死去に際して



へ相談を

◆暴力団排除への理解、協  
力について

・暴力団構成員は、「怖さ」と「強さ」と「優しさ」を巧みに演じ、住民への不当な要求や非合法活動にて利益を得ています。

・暴力団との関わりは避けましょう。暴力団、入れ墨、薬物、非合法活動に関する情報は警察まで。



## しょうぼう

◆弾道ミサイル落下時の行動について

◎昨年、2度の弾道ミサイルが北海道の南、はるか上空を通過し、太平洋上に落下しました。弾道ミサイルが着弾した場合、激しい爆風や破片等により、身体へ大きな被害を受ける可能性があります。爆風や破片等から身を守るため、状況に応じた避難行動をとることが大切です。

○屋外にいるとき  
屋外にいる場合は爆風や破片等避けるため、近くの建物の中（できれば頑丈な建物）または地下へ避難してください。もしも、近

くに建物が無い場合は物陰に身を隠すまたは地面に伏せ頭部を守るようにしてください。

○屋内にいるとき  
屋内にいる場合は爆風で割れた窓ガラス等から被害を受けられないよう、できるだけ窓から離れ、できれば窓の無い部屋へ移動してください。

◎また、近くに弾道ミサイルが落下した場合には次の行動をしてください。

○屋外にいるとき  
口と鼻をハンカチで覆い、現場から直ちに離れ、密閉性の高い屋内または風上へ避難してください。

○屋内にいるとき  
換気扇を止め、窓を閉め、

目張りをして室内を密閉してください。



## ねんきん

◆国民年金基金をご存知ですか？

国民年金基金は、国民年金第1号被保険者の方にもサラリーマン並みの年金を受けていただくために、国民年金に上乘せすることを目的とした年金制度です。掛金は全額社会保険料控除となり税金が軽減され、受け取る年金も公的年金等控除の対象となります。加

入できる方は20歳から60歳未満、又は60歳から65歳未満で国民年金に任意加入しており国民年金の保険料を納めている方です。

ただし、加入後は厚生年金に加入した場合や国民年金の保険料を免除された場合等、脱退する事由に該当しなければ途中で脱退することができません。

掛金は加入時の年齢・加入人口数に応じて納付することになります。加入時に加入人口を増口、減口するなど変更ができます。

お問い合わせ及び加入申込みは、北海道国民年金基金（☎0120-65-4192）へお気軽にお電話してください。