

揖斐川町国民健康保険に加入の40歳～74歳のみなさんへ

# 特定健康診査を受けましたか？

## 『忙しくて、健診を受ける暇がない』 という方へ

★忙しくしてられるのも、健康だからこそです！  
もし、病気になって長期療養が必要になってしまったら、あなたの周りにいるたくさんの人に迷惑をかけることになるかもしれません。健康で忙しく働いている今こそ、健診を受けていただきたいと思います。

## 『健康に自信があるから、受けない』 という方へ

★知らないうちに、病気が進行しているかもしれません！  
高血圧や糖尿病といった生活習慣病は、はじめはまったく自覚症状がなく、気付いた時には悪化しているといったケースも少なくありません。健康に自信がある方こそ、病気の早期発見の為に健診を受けに行きましょう。

## 『健診を受けに行くのが面倒くさい』 という方へ

★病気になってしまったら、もっと面倒くさいです！  
治療の為に通院や服薬が必要になったり、もしかしたら入院が必要になるかもしれません。「元気な時に、健診を受けていればよかった！」と後悔しないよう、さっそく健診を受けに行きましょう。

## 『お金がないから…』という方へ

★健診は、一番お得な健康管理の方法なんです！  
特定健康診査は、自己負担1,000円で受けられます。具合が悪くなってから病院に行く費用や時間と比べたら、健診の費用や健診を受診する時間の方がはるかに少ないんです。また、病気になって今のように働けなくなると、収入も減ってしまうかもしれません。

特定健康診査の受診期間は、**11月30日(火)**までです！

まだ受診していない方は、実施医療機関で受診してください。

やむを得ず、実施期間に受診が困難な場合は、医療機関によっては12月末まで受診が可能な場合があります。直接医療機関へお問い合わせください。

### ▶ 健診を受診した後は、医療機関に健診結果を貰いに行きましょう！

健診を受診するだけでなく、健診結果を知る事が、健康の保持増進や病気の早期発見に繋がります。

### ▶ 人間ドックや勤務先の健診を受診される方へ

パート先の健診や人間ドックを受診される場合、揖斐川町の特定健康診査を受診する必要はありません。健診結果のコピーを保健センターに提出すると、揖斐川町の特定健康診査を受診した事になりますので、ぜひご協力ください。なお、健診の結果、保健指導が必要な場合は、後日ご案内を送付します。

健幸ポイント  
対象事業



【お問い合わせ】 住民生活課 ☎22-2111(代表) 揖斐川保健センター ☎23-1511

## 「8020よい歯の高齢者表彰」受賞おめでとうございます！

西濃口腔保健協議会では、80歳以上で自分の歯が20本以上ある方を表彰する「8020運動」を行っております。揖斐川町では38人の方が受賞されました。

表彰された皆さんは次のとおりです。（順不同・敬称略）

おお 大	こ 古	のり 教	ひと 人	(大和)	おく 奥	だ 田	よし 義	あき 明	(北方)	きた 北	むら 村	よし 喜	のり 徳	(大和)	くぼ 窪	た 田	かつ 勝	のり 文	(小島)			
さこ 迫	ひでさぶろう 秀三郎	(脛永)	しら 白	かわ 川	いさ 勇	お 男	(揖斐)	たか 高	はし 橋	ひとし 仁	(大和)	たけ 竹	なか 中	はる 治	みち 道	(大和)	たけ 竹	なか 中	はる 治	みち 道	(大和)	
つぼ 坪	い 井	よし 憲	(脛永)	で 出	くち 口	きよし 清	(揖斐)	てら 寺	だ 田	もとし 旦	(谷汲)	ところ 所		しげる 繁	(春日)							
なか 中	むら 村	のり 紀	お 雄	(揖斐)	なが 長	ら 柄	おさむ 修	(揖斐)	はやし 林	あき 昭	のり 則	(北方)	いし 石	だ 田	かず 和	こ 子	(揖斐)					
かみ 神	や 谷	しげ 恵	み 美	(谷汲)	し 清	みず 水	さとこ 三十子	(脛永)	すぎ 杉	やま 山	とし 肇	こ 子	(脛永)	こ 小	もり 森	よう 養	こ 子	(揖斐)				
しま 島	なか 中	せつ 節	こ 子	(揖斐)	せい 清	おう 王	い 伊都子	(春日)	そ 祖	ぶ 父	え 江	せつ 子	(清水)	す 須	はら 原	やす 康	こ 子	(脛永)				
つち 土	や 屋	のり 紀	こ 子	(大和)	たか 高	ざき 崎	と 登貴子	(小島)	たか 高	はし 橋	みね 子	(揖斐)	にい 新	かわ 川	ひろ 公	こ 子	(春日)					
はな 花	ざわ 沢	かず 和	こ 子	(北方)	の 野	ほら 原	とみえ とみ糸	(脛永)	はま 濱	だ 田	しゅう 修	こ 子	(北方)	みや 宮	かわ 川	とし 敏	こ 子	(北方)				
もり 森	すず 鈴	こ 子	(春日)	もり 森	もと 本	みさ 茂	(北方)	よこ 横	やま 山	のり 法	こ 子	(藤橋)										他3名

自分の歯で食べることができると、どんなものでもおいしく食べることができ、全身の健康状態もよくなります。そして認知症予防に繋がり、心も体も元気に過ごせます。

歯を失う原因の多くは、むし歯と歯周病です。特に歯周病は自覚症状のないまま進み、40歳代から歯を失う比率が急に高くなります。また歯周病は、全身のさまざまな病気の要因となります。

歯の健康・体の健康のために、定期的な歯科健診でプロのケアを受け、毎日の歯みがきを行うことで、みなさんも「6024(60歳で24本)」「8020(80歳で20本)」を目指してみませんか？

受賞された皆さん、おめでとうございます。

## 「ダメ。ゼッタイ。」麻薬・覚せい剤・大麻の乱用をなくそう！

～ 10月1日～11月30日は、麻薬・覚せい剤乱用防止運動月間です ～

近年、大麻による犯罪検挙者数が増加しており、特に若い方の増加が社会問題となっています。薬物乱用は、個人の健康被害だけでなく、様々な犯罪の誘因にもなり、私たちの生活に危害をもたらすこととなります。

そのため、国民一人一人が認識を高め、麻薬・覚せい剤・大麻等の薬物乱用の根絶を図りましょう。

### 【お問い合わせ】

西濃保健所揖斐センター 生活支援係 ☎0585-23-1111(内線)262

