

すこやか+健康 チャレンジ!カレンダー

2019年4月～2020年3月

P2～13 カレンダー（2019年4月～2020年3月）
保健事業、国保税・後期高齢者医療保険料納付期限の日程案内
カレンダーには、保健事業の日程が掲載されていますが、予告なく変更することもありますのでご了承ください。
詳しくは、広報「とうかい」などでご確認ください。

P14～17 国民健康保険からのお知らせ

P18～19 国保の方へ
特定健康診査・特定保健指導/人間ドック

P20 大人の検診（健診）

P21 母と子の健康づくり

P22～23 健康づくり情報

P24～25 予防接種

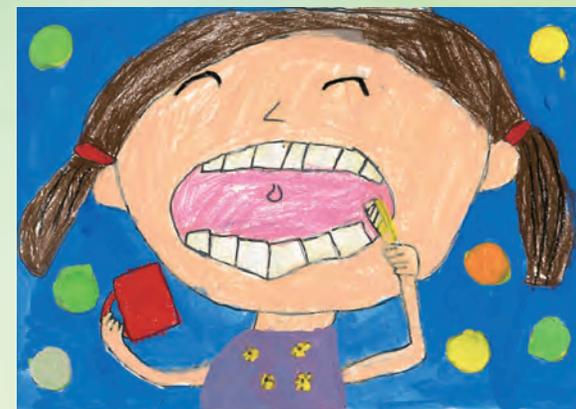
P26 各種助成金のお知らせ

P27 村内の主な医療機関一覧

平成30年度 東海村健康ポスターコンクール優秀作品



東海南中2年 山口 大智【最優秀賞】



舟石川小1年 小林 汎奈【最優秀賞】

東海村国民健康保険
東海村保健センター

4

2019
April

舟石川小3年 向井 智生



石神小2年 山田 玲夢

国保・後期高齢からのお知らせ

4/1 (月) 国保・後期高齢人間ドック補助申請受付開始
4月下旬 健康診査受診券 国保(ピンク)・後期高齢(水色)
を対象の方に送付します。

保健センターからのお知らせ

胸部CT検診の申込みを受け付けます。
(詳しくは、広報「とうかい」4/10号で)
「植えてはいけないけし」発見者は通報を。
(詳しくは、広報「とうかい」4/25号で)

| 日 SUN | 月 MON | 火 TUE | 水 WED | 木 THU | 金 FRI | 土 SAT |
|-----------------|--|--------------------|---------------------------------------|--|--|---|
| | 1 先負 | 2 仏滅 | 3 大安 | 4 赤ちゃん教室 (H31年1月生) 赤口 | 5 すこやかウォーキング (白方) 先負 | 6 仏滅 |
| 7 大安 | 8 赤口 | 9 先勝 | 10 乳児健診 (H30年11月生) 友引 | 11 1歳6ヶ月児健診 (H29年9月生) 先負 | 12 仏滅 | 13 大安 |
| 14 赤口 | 15 歯ッピースター教室 (H30年5月・6月生) 先勝 | 16 友引 | 17 3歳児健診 (H28年2月生) 先負 | 18 仏滅 | 19 大安 | 20 赤口 |
| 21 先勝 | 22 友引 | 23 先負 | 24 仏滅 | 25 2歳半歯科検診 (H28年9月生) 大安 | 26 母子健康相談 元気アップ健康相談 体組成測定 赤口 | 27 先勝 |
| 28 友引 | 29 昭和の日 先負 | 30 休日 仏滅 | | | | |
| | | | | | 2019 3 March 日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 | 2019 5 May 日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 |

国保・後期高齢からのお知らせ

5/1 (水) から 国保の特定健康診査が指定医療機関で受けられます。(事前予約が必要です)

保健センターからのお知らせ

胸部CT検診を実施します。
[5/23 (木)・24 (金)・25 (土)]
総合検診を実施します。[5/31 (金)～]

5

2019
May

| 日 SUN | 月 MON | 火 TUE | 水 WED | 木 THU | 金 FRI | 土 SAT |
|---|---|-----------------------------|-----------------------------|--------------------------------|--|------------------------------|
| 2019 4 April 日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 | 2019 6 June 日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 ³⁰ 24 25 26 27 28 29 | | 1 即位の日 大安 | 2 休日 赤口 | 3 憲法記念日 先勝 | 4 みどりの日 友引 |
| 5 こどもの日 仏滅 | 6 振替休日 大安 | 7 赤ちゃん教室 (H31年2月生) 赤口 | 8 乳児健診 (H30年12月生) 先勝 | 9 1歳6ヶ月児健診 (H29年10月生) 友引 | 10 すこやかウォーキング (ふれあいの森公園) ハローベビースクール① 先負 | 11 ハローベビースクール② 仏滅 |
| 12 大安 | 13 赤口 | 14 先勝 | 15 3歳児健診 (H28年3月生) 友引 | 16 2歳半歯科検診 (H28年10月生) 先負 | 17 母子健康相談 元気アップ健康相談 体組成測定 仏滅 | 18 大安 |
| 19 赤口 | 20 先勝 | 21 友引 | 22 先負 | 23 胸部CT検診① (保健センター) 仏滅 | 24 胸部CT検診② (保健センター) 大安 | 25 胸部CT検診③ (保健センター) 赤口 |
| 26 先勝 | 27 友引 | 28 先負 | 29 仏滅 | 30 大安 | 31 総合検診① (保健センター) 赤口 | |



村松小1年 野崎 咲菜



照沼小5年 鈴木 優希

6

2019
June

舟石川小1年 小林 汎奈



東海中2年 柴田 華奈有

国保・後期高齢からのお知らせ

健康診査を受診する方は、**保険証**と**受診券**を
必ずお持ちください。

保健センターからのお知らせ

総合検診を実施しています。〔8/1(木)まで〕

| 日 SUN | 月 MON | 火 TUE | 水 WED | 木 THU | 金 FRI | 土 SAT |
|----------|---|------------------------------|--------------------------------|------------------------------------|--|-------------------------------|
| | | | | | | 1 先勝 |
| 2 友引 | 3 総合検診② (保健センター) 大安 | 4 総合検診③ (保健センター) 赤口 | 5 総合検診④ (保健センター) 先勝 | 6 総合検診⑤ (保健センター) 友引 | 7 すこやかウォーキング (舟石川) 先負 | 8 仏滅 |
| 9 大安 | 10 赤ちゃん教室 (H31年3月生) 赤口 | 11 先勝 | 12 乳児健診 (H31年1月生) 友引 | 13 1歳6ヶ月児健診 (H29年11月生) 先負 | 14 仏滅 | 15 総合検診⑥ (保健センター) 大安 |
| 16 赤口 | 17 総合検診⑦ (保健センター) 先勝 | 18 友引 | 19 3歳児健診 (H28年4月生) 先負 | 20 仏滅 | 21 総合検診⑧ (保健センター) 大安 | 22 総合検診⑨ (保健センター) 赤口 |
| 23 先勝 | 24 歯ッピーパステール教室 (H30年7月・8月生) 友引 | 25 先負 | 26 仏滅 | 27 2歳半歯科検診 (H28年11月生) 大安 | 28 母子健康相談 元気アップ健康相談 体組成測定 赤口 | 29 先勝 |
| 30 友引 | | | | | | |

| 2019 5 May | | | | | | | 2019 7 July | | | | | | | | | | |
|------------|----|----|----|----|----|----|-------------|----|----|----|----|----|----|---|---|---|---|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | | | | |
| | | | | 1 | 2 | 3 | 4 | | | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | | | | |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | | | | |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | | | | |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | 28 | 29 | 30 | 31 | | | | | | | |

7

2019
July



舟石川小2年 古市 双葉



東海中1年 門脇 陸

国保・後期高齢からのお知らせ

7月中旬 平成31年度国保税・後期高齢保険料納付書送付予定
 国保税特別徴収通知書(該当者のみ)送付予定
 国保保険証・後期高齢保険証送付予定
 7/31(水) 国保税・後期高齢保険料第1期分納期限

保健センターからのお知らせ

総合検診を実施しています。〔8/1(木)まで〕
 腹部超音波検診の受診申込みを受け付けます。
 (詳しくは、広報「とうかい」7/25号で)

| 日 SUN | 月 MON | 火 TUE | 水 WED | 木 THU | 金 FRI | 土 SAT |
|--------------|----------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|--|--|---|
| | 1 総合検診⑩ (保健センター) 先負 | 2 総合検診⑪ (保健センター) 仏滅 | 3 赤口 | 4 赤ちゃん教室 (H31年4月生) 先勝 | 5 ハローベビースクール① 友引 | 6 ハローベビースクール② 先負 |
| 7 仏滅 | 8 大安 | 9 赤口 | 10 乳児健診 (H31年2月生) 先勝 | 11 1歳6ヶ月児健診 (H29年12月生) 友引 | 12 総合検診⑫ (保健センター) 先負 | 13 総合検診⑬ (保健センター) 仏滅 |
| 14 大安 | 15 海の日 赤口 | 16 先勝 | 17 3歳児健診 (H28年5月生) 友引 | 18 2歳半歯科検診 (H28年12月生) 先負 | 19 母子健康相談 元気アップ健康相談 体組成測定 仏滅 | 20 大安 |
| 21 赤口 | 22 先勝 | 23 友引 | 24 総合検診⑭ (保健センター) 先負 | 25 総合検診⑮ (保健センター) 仏滅 | 26 大安 | 27 赤口 |
| 28 先勝 | 29 友引 | 30 総合検診⑯ (保健センター) 先負 | 31 総合検診⑰ (保健センター) 仏滅 | 2019 6 June 日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 30 24 25 26 27 28 29 | | 2019 8 August 日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 |

8

2019
August

石神小3年 白土 凜桜



白方小2年 川崎 梨央

国保・後期高齢からのお知らせ

今月のお知らせはありません。

保健センターからのお知らせ

総合検診を実施しています。〔8/1(木)まで〕
腹部超音波検診を実施します。〔8/26(月)～8/31(土)〕

| 日 SUN | 月 MON | 火 TUE | 水 WED | 木 THU | 金 FRI | 土 SAT |
|---|---|--|--|---|--|--|
| 2019 7 July 日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 | 2019 9 September 日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 | | | 1 総合検診 ^⑧ (保健センター) 先勝 | 2 友引 | 3 先負 |
| 4 仏滅 | 5 大安 | 6 赤口 | 7 乳児健診 (H31年3月生) 先勝 | 8 1歳6ヶ月児健診 (H30年1月生) 友引 | 9 赤ちゃん教室 (2019年5月生) 先負 | 10 仏滅 |
| 11 山の日 大安 | 12 振替休日 赤口 | 13 先勝 | 14 友引 | 15 先負 | 16 仏滅 | 17 大安 |
| 18 赤口 | 19 歯ピ-パーズデー教室 (H30年9月・10月生) 先勝 | 20 友引 | 21 3歳児健診 (H28年6月生) 先負 | 22 2歳半歯科検診 (H29年1月生) 仏滅 | 23 母子健康相談 元氣アップ健康相談 体組成測定 大安 | 24 赤口 |
| 25 先勝 | 26 腹部超音波検診 ^① (保健センター) 友引 | 27 腹部超音波検診 ^② (保健センター) 先負 | 28 腹部超音波検診 ^③ (保健センター) 仏滅 | 29 大安 | 30 腹部超音波検診 ^④ (保健センター) 友引 | 31 腹部超音波検診 ^⑤ (保健センター) 先負 |

9

2019
September



東海南中2年 山口 大智



村松小4年 清水 希良

国保・後期高齢からのお知らせ

9/2 (月) 国保税・後期高齢保険料第2期分納期限
 9月下旬 高齢者健診受診券 (水色) 送付
 9月は特定健診受診促進月間です。
 9/30 (月) 国保税・後期高齢保険料第3期分納期限

保健センターからのお知らせ

毎月、第1金曜日は「すこやかウォーキング」で筋力アップ!!
 筋肉は裏切らない。
 コースについては、P22「健康づくり情報」をご覧ください。

| 日 SUN | 月 MON | 火 TUE | 水 WED | 木 THU | 金 FRI | 土 SAT |
|----------|---------------------------------|----------|--------------------------------|----------------------------------|--|------------------------|
| 1 仏滅 | 2 赤ちゃん教室 (2019年6月生) 大安 | 3 赤口 | 4 乳児健診 (H31年4月生) 先勝 | 5 1歳6ヶ月児健診 (H30年2月生) 友引 | 6 すこやかウォーキング (中丸) ハローベビースクール① 先負 | 7 ハローベビースクール② 仏滅 |
| 8 大安 | 9 赤口 | 10 先勝 | 11 3歳児健診 (H28年7月生) 友引 | 12 2歳半歯科検診 (H29年2月生) 先負 | 13 母子健康相談 元気アップ健康相談 体組成測定 仏滅 | 14 大安 |
| 15 赤口 | 16 敬老の日 先勝 | 17 友引 | 18 先負 | 19 仏滅 | 20 大安 | 21 赤口 |
| 22 先勝 | 23 秋分の日 友引 | 24 先負 | 25 仏滅 | 26 大安 | 27 赤口 | 28 先勝 |
| 29 先負 | 30 仏滅 | | | | | |

2019 8 August

| | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

2019 10 October

| | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

10

2019
October

石神小3年 西 勇太



白方小5年 清水 有咲

国保・後期高齢からのお知らせ

10/31 (木) 国保税・後期高齢保険料第4期分納期限
健康診査を受診する方は、**保険証**と**受診券**を
必ずお持ちください。

保健センターからのお知らせ

住民検診を実施します。〔10/7 (月)～10/31 (木)〕
インフルエンザ予防接種費用の助成を行います。
〔10/1 (火)～1/31 (金)〕
(詳しくは、P25「予防接種」をご覧ください。)

| 日 SUN | 月 MON | 火 TUE | 水 WED | 木 THU | 金 FRI | 土 SAT |
|---|---|-----------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------|--|-----------------------------------|
| 2019 9 September 日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 | 2019 11 November 日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 | 1 大安 | 2 赤口 | 3 先勝 | 4 友引 | 5 先負 |
| 6 仏滅 | 7 住民検診① (村松コミセン) ヴィッパースデー教室 (H30年11月・12月生) 大安 | 8 住民検診② (真崎コミセン) 赤口 | 9 乳児健診 (2019年5月生) 先勝 | 10 1歳6ヶ月児健診 (H30年3月生) 友引 | 11 すこやかウォーキング (石神) 赤ちゃん教室 (2019年7月生) 先負 | 12 仏滅 |
| 13 大安 | 14 体育の日 赤口 | 15 先勝 | 16 住民検診③ (保健センター) 友引 | 17 住民検診④ (保健センター) 先負 | 18 住民検診⑤ (舟石川コミセン) 仏滅 | 19 大安 |
| 20 赤口 | 21 先勝 | 22 即位礼正殿の儀 友引 | 23 3歳児健診 (H28年8月生) 先負 | 24 2歳半歯科検診 (H29年3月生) 仏滅 | 25 母子健康相談 元気アップ健康相談 体組成測定 大安 | 26 住民検診⑥ (保健センター) 赤口 |
| 27 先勝 | 28 住民検診⑦ (中丸コミセン) 仏滅 | 29 住民検診⑧ (石神コミセン) 大安 | 30 住民検診⑨ (保健センター) 赤口 | 31 住民検診⑩ (保健センター) 先勝 | | |

国保・後期高齢からのお知らせ

保健センターからのお知らせ

今月のお知らせはありません。

インフルエンザ予防接種費用の助成を行っています。
[1/31 (金) まで]

11

2019
November

| 日 SUN | 月 MON | 火 TUE | 水 WED | 木 THU | 金 FRI | 土 SAT |
|---|--|---------------------|--|---|---|---------------------------------------|
| <p>2019 10 October</p> <p>日 月 火 水 木 金 土</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>6 7 8 9 10 11 12</p> <p>13 14 15 16 17 18 19</p> <p>20 21 22 23 24 25 26</p> <p>27 28 29 30 31</p> | <p>2019 12 December</p> <p>日 月 火 水 木 金 土</p> <p>1 2 3 4 5 6 7</p> <p>8 9 10 11 12 13 14</p> <p>15 16 17 18 19 20 21</p> <p>22 23 24 25 26 27 28</p> <p>29 30 31</p> | | | | <p>1 すこやかウォーキング (真崎)</p> <p>友引</p> | <p>2 先負</p> |
| <p>3 文化の日</p> <p>仏滅</p> | <p>4 振替休日</p> <p>大安</p> | <p>5 赤口</p> | <p>6 先勝</p> | <p>7 赤ちゃん教室 (2019年8月生)</p> <p>友引</p> | <p>8 ハローベビースクール①</p> <p>先負</p> | <p>9 ハローベビースクール②</p> <p>仏滅</p> |
|  <p>白方小6年 石橋 黎璃</p> | | | | | | |
| <p>10 大安</p> | <p>11 赤口</p> | <p>12 先勝</p> | <p>13 乳児健診 (2019年6月生)</p> <p>友引</p> | <p>14 1歳6ヶ月児健診 (H30年4月生)</p> <p>先負</p> | <p>15 仏滅</p> | <p>16 大安</p> |
| | | | | | | |
|  <p>中丸小2年 尾畑 水彩</p> | | | | | | |
| <p>17 赤口</p> | <p>18 先勝</p> | <p>19 友引</p> | <p>20 3歳児健診 (H28年9月生)</p> <p>先負</p> | <p>21 2歳半歯科検診 (H29年4月生)</p> <p>仏滅</p> | <p>22 母子健康相談 元気アップ健康相談 体組成測定</p> <p>大安</p> | <p>23 勤労感謝の日</p> <p>赤口</p> |
| | | | | | | |
| <p>24 先勝</p> | <p>25 友引</p> | <p>26 先負</p> | <p>27 大安</p> | <p>28 赤口</p> | <p>29 先勝</p> | <p>30 友引</p> |
| | | | | | | |

12

2019
December

東海南中2年 後藤 真桜



中丸小5年 岡本 朔門

国保・後期高齢からのお知らせ

12/2 (月) 国保税・後期高齢保険料第5期分納期限

保健センターからのお知らせ

がん検診等申込書を送付します。
婦人科検診(集団)受診票を送付します。
インフルエンザ予防接種費用の助成を行っています。
(1/31(金)まで)

| 日 SUN | 月 MON | 火 TUE | 水 WED | 木 THU | 金 FRI | 土 SAT |
|----------|--|----------|---------------------------------|----------------------------------|--|----------|
| 1 先負 | 2 仏滅 | 3 大安 | 4 赤口 乳児健診 (2019年7月生) | 5 先勝 1歳6ヶ月児健診 (H30年5月生) | 6 友引 すこやかウォーキング (絆) 赤ちゃん教室 (2019年9月生) | 7 先負 |
| 8 仏滅 | 9 大安 歯ッピーパーズデー教室 (H31年1月・2月生) | 10 赤口 | 11 先勝 3歳児健診 (H28年10月生) | 12 友引 2歳半歯科検診 (H29年5月生) | 13 先負 母子健康相談 元気アップ健康相談 体組成測定 | 14 仏滅 |
| 15 大安 | 16 赤口 | 17 先勝 | 18 友引 | 19 先負 | 20 仏滅 | 21 大安 |
| 22 赤口 | 23 先勝 平成の天皇誕生日 | 24 友引 | 25 先負 | 26 赤口 | 27 先勝 | 28 友引 |
| 29 先負 | 30 仏滅 | 31 大安 | | | | |

2019 11 November

| | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | | 1 | 2 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |

2020 1 January

| | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | | | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | 31 | | | | | |

1

2020
January



石神小4年 秋山 菜々美



東海中2年 日下部 貴一

国保・後期高齢からのお知らせ

1/6 (月) 国保税・後期高齢保険料第6期分納期限
 1月下旬 国保税・後期高齢保険料納付額証明送付 (普通徴収分)
 1/31 (金) 国保税・後期高齢保険料第7期分納期限
 健康診査を受診する方は、**保険証**と**受診券**を必ずお持ちください。

保健センターからのお知らせ

がん検診等申込書をご返送ください。
 住民検診を実施します。〔1/19 (日)・20 (月)〕
 インフルエンザ予防接種費用の助成を行っています。
 〔1/31 (金) まで〕

| 日 SUN | 月 MON | 火 TUE | 水 WED | 木 THU | 金 FRI | 土 SAT |
|--|---|----------|------------------------------|-------------------------------|--|----------------------|
| 2019 12 December 日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 | 2020 2 February 日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 | | 1 元日 赤口 | 2 先勝 | 3 友引 | 4 先負 |
| 5 仏滅 | 6 大安 | 7 赤口 | 8 乳児健診 (2019年8月生) 先勝 | 9 1歳6ヶ月児健診 (H30年6月生) 友引 | 10 すこやかウォーキング (村松) 赤ちゃん教室 (2019年10月生) 先負 | 11 仏滅 |
| 12 大安 | 13 成人の日 赤口 | 14 先勝 | 15 3歳児健診 (H28年11月生) 友引 | 16 2歳半歯科検診 (H29年6月生) 先負 | 17 母子健康相談 元気アップ健康相談 体組成測定 仏滅 | 18 大安 |
| 19 住民検診① (保健センター) 赤口 | 20 住民検診② (保健センター) 先勝 | 21 友引 | 22 先負 | 23 仏滅 | 24 ハローベビースクール① 大安 | 25 ハローベビースクール② 先勝 |
| 26 友引 | 27 先負 | 28 仏滅 | 29 大安 | 30 赤口 | 31 先勝 | |

2

2020
February

村松小4年 武藤 ゆい



中丸小3年 高橋 龍司

国保・後期高齢からのお知らせ

今月のお知らせはありません。

保健センターからのお知らせ

婦人科検診(集団)を実施します。〔2/19(水)～〕
(乳がん・子宮頸がん・骨粗しょう症)

| 日 SUN | 月 MON | 火 TUE | 水 WED | 木 THU | 金 FRI | 土 SAT |
|--|--|--------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|--|--------------------------------|
| 2020 1 January 日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 | 2020 3 March 日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 | | | | | 1 友引 |
| 2 先負 | 3 歯ッピ-パーズデー教室 (H31年3月-4月生) 仏滅 | 4 大安 | 5 乳児健診 (2019年9月生) 赤口 | 6 1歳6ヶ月児健診 (H30年7月生) 先勝 | 7 すこやかウォーキング (押延) 赤ちゃん教室 (2019年11月生) 友引 | 8 先負 |
| 9 仏滅 | 10 大安 | 11 建国記念の日 赤口 | 12 3歳児健診 (H28年12月生) 先勝 | 13 2歳半歯科検診 (H29年7月生) 友引 | 14 母子健康相談 元気アップ健康相談 体組成測定 先負 | 15 仏滅 |
| 16 大安 | 17 赤口 | 18 先勝 | 19 婦人科検診① (保健センター) 友引 | 20 婦人科検診② (保健センター) 先負 | 21 婦人科検診③ (保健センター) 仏滅 | 22 婦人科検診④ (保健センター) 大安 |
| 23 天皇誕生日 赤口 | 24 振替休日 友引 | 25 婦人科検診⑤ (保健センター) 先負 | 26 婦人科検診⑥ (保健センター) 仏滅 | 27 婦人科検診⑦ (保健センター) 大安 | 28 婦人科検診⑧ (保健センター) 赤口 | 29 婦人科検診⑨ (保健センター) 先勝 |

国保・後期高齢からのお知らせ

- 3/2 (月) 国保税・後期高齢保険料第8期分納期限
- 3/6 (金) 国保・後期高齢人間ドック補助申請受付終了
- 3/31 (火) 国保税第9期分納期限

保健センターからのお知らせ

婦人科検診(集団)を実施しています。
[3/3 (火) まで]
(乳がん・子宮頸がん・骨粗しょう症)

3

2020
March

| 日 SUN | 月 MON | 火 TUE | 水 WED | 木 THU | 金 FRI | 土 SAT |
|-----------------|-----------------|--------------------------------------|---------------------------------------|---|--|--------------------------------|
| 1 友引 | 2 先負 | 3 婦人科検診⑩ (保健センター) 仏滅 | 4 乳児健診 (2019年10月生) 大安 | 5 1歳6ヶ月児健診 (H30年8月生) 赤口 | 6 すこやかウォーキング (絆) 赤ちゃん教室 (2019年12月生) 先勝 | 7 友引 |
| 8 先負 | 9 仏滅 | 10 大安 | 11 3歳児健診 (H29年1月生) 赤口 | 12 ハローベビースクール① 先勝 | 13 母子健康相談 元気アップ健康相談 体組成測定 友引 | 14 ハローベビースクール② 先負 |
| 15 仏滅 | 16 大安 | 17 赤口 | 18 先勝 | 19 2歳半歯科検診 (H29年8月生) 友引 | 20 春分の日 先負 | 21 仏滅 |
| 22 大安 | 23 赤口 | 24 先負 | 25 仏滅 | 26 大安 | 27 赤口 | 28 先勝 |
| 29 友引 | 30 先負 | 31 仏滅 | | | | |



東海南中2年 吉沼 意浩



照沼小5年 横山 湊音

| 2020 2 February | | | | | | | 2020 4 April | | | | | | |
|-----------------|----|----|----|----|----|----|--------------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | | 1 | | | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | | |

国民健康保険からのお知らせ

国民健康保険(国保)とは

国保は、病気やけがに備えて加入者のみなさんがお金を出し合い、医療機関等にかかるとき、医療費の一部を保険給付する互いに助け合い、支え合う制度です。

<国保に加入する方>

- 自営業の方
- 農業、漁業などを営んでいる方
- 退職して職場の健康保険をやめた方
- 職場の健康保険に加入していない方
- 3ヶ月を超えて在留する外国人の方（※在留期間が3ヶ月未満でも加入できる場合があります。）

届出をお願いします こんなときは**14日以内**に届出をお願いします！

| | こんなとき | 届出に必要なもの（国民年金の手続きが必要な方は年金手帳もご一緒にお持ちください。） | 窓口に来る人によって必要なもの | |
|-----------|----------------------|--|-----------------|--|
| | | | 世帯主 | 代理人 |
| 国保に加入するとき | 他の市区町村から転入してきたとき | (年金手帳) | | |
| | 職場の健康保険をやめたとき | 健康保険の資格喪失証明書（退職証明書、離職票でも可）、(年金手帳) | | |
| | 職場の健康保険の被扶養者でなくなったとき | 健康保険の資格喪失証明書、(年金手帳) | | |
| | 子どもが生まれたとき | 印鑑 | | |
| | 生活保護を受けなくなったとき | 保護廃止決定通知書、(年金手帳) | | |
| 国保をやめるとき | 他の市区町村に転出するとき | 国民健康保険証、世帯主名義の銀行口座番号 | 世帯主のマイナンバー | <ul style="list-style-type: none"> ・ 世帯主からの委任状（別世帯の方） ・ 世帯主のマイナンバー ・ 対象者のマイナンバー ・ 代理人の本人確認 |
| | 職場の健康保険に加入したとき | 国民健康保険証、職場の健康保険証、世帯主名義の銀行口座番号 | | |
| | 職場の健康保険の被扶養者になったとき | 国民健康保険証、職場の健康保険証、世帯主名義の銀行口座番号 | | |
| | 国保の被保険者が死亡したとき | 印鑑、国民健康保険証、喪主の氏名が確認できるもの（御礼状等）、喪主名義の銀行口座番号 | | |
| | 生活保護を受け始めたとき | 保護決定通知書、(年金手帳) | | |
| 変更・その他 | 村内で住所が変わったとき | 国民健康保険証 | | |
| | 世帯主や氏名が変わったとき | | | |
| | 世帯が分かれたとき又は一緒になったとき | | | |
| | 修学のため、別に住所を定めるとき | 印鑑、国民健康保険証、在学証明書 | | |
| | 施設入所のため、別に住所を定めるとき | 印鑑、国民健康保険証、在所証明書 | | |
| | 保険証、限度額適用認定証をなくしたとき | 印鑑、身分を証明するもの（運転免許証等） | | |
| | (外国人の方) 在留期間を更新したとき | 国民健康保険証、在留カード | | |

国民健康保険の手続きにはマイナンバー記載及び本人確認が必要です。

平成28年1月からのマイナンバー制度開始に伴い、世帯主と対象の方のマイナンバーの記載・確認、窓口に来られた方の本人確認が必要になります。

手続きの際には、通知カードなどの『マイナンバーが確認できる書類』と運転免許証などの『本人確認書類』をお持ちください。

国民健康保険税の納付は口座振替が原則です。

手続き時に引き落としを希望する金融機関のキャッシュカードを持参していただければ、その場で口座登録が可能です。

(P17 参照)

保険証について

国保の保険証は、医療機関等を受診するときに必要なものです。大切に保管しましょう。交付されたら記載内容を確認して、間違いがあれば届け出をお願いします。国保の資格が無くなったのに国保の保険証を使った場合、国保で負担した医療費を返還していただきます。

高齢受給者証について

70歳の誕生日の翌月（1日が誕生日の方はその月）から74歳の方には、「高齢受給者証」が一体化した保険証が交付されます。

保険証が使えないとき

- 病気とみなされないもの（健康診断、予防接種、正常な妊娠など）
- 他の保険が使えるとき（労災保険、損害保険などの対象のもの）
- 国保の給付が制限される時（けんかや泥酔によるケガなど）

交通事故などにあつたとき

国保加入者が、交通事故などで第三者から傷病を受けた場合、国保の保険証で医療機関等を受診するには役場への届出が必要です。ただし、被保険者の不法行為によるものや加害者から治療費を受け取ったり示談を済ませたりすると、保険証が使えなくなりますので、必ず住民課にご相談ください。

医療機関等を受診するとき

医療機関等の窓口で保険証を提示すれば、年齢や所得に応じた自己負担割合を支払うだけで、保険内の医療を受けることができます。

| 自己負担 | 義務教育就学前 | 義務教育就学後70歳未満 | 70歳以上75歳未満 |
|------|---------|--------------|----------------|
| | 2割 | 3割 | 2割（現役並み所得者は3割） |

保険給付について

いったん全額自己負担したとき

次のような場合はいったん全額自己負担となりますが、申請して認められれば、自己負担分を除いた額が払い戻されます。

- 保険証を持たずに診療を受けたとき
- 医師が治療上必要と認めた補装具代がかかったとき
- はり、きゅう、マッサージなどの施術を受けたとき（医師の同意が必要）
- 骨折やねんざなどで国保を扱っていない柔道整復師の施術を受けたとき
- 海外渡航中に診療を受けたとき（治療目的の渡航は除く。）

入院したときの食事代

入院時食事代の標準負担額（1食当たり）は下記のとおりです。

| 一般（下記以外の人） | 460円 | | |
|----------------|---------|-----------|------|
| 住民税非課税世帯・低所得者Ⅱ | 過去12ヶ月で | 90日までの入院 | 210円 |
| | | 90日を超える入院 | 160円 |
| 低所得者Ⅰ | 100円 | | |

※65歳以上の方が療養病床に入院したときの食費の標準負担額は異なります。

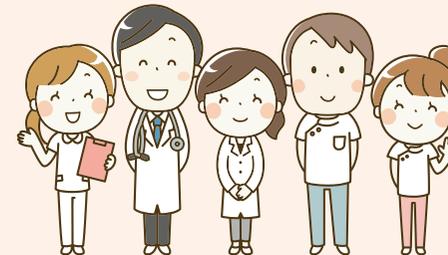
出産育児一時金

国保に加入している方が出産したときには42万円（産科医療補償制度に加入していない病院における出産の場合40.4万円）が世帯主に支給されます。

※一時金は、原則として国保から直接医療機関へ支払うものです。（直接支払制度）

葬祭費

国保に加入している方が亡くなったときは、喪主の方に5万円が支給されます。



医療費が高額になったとき

国保に加入している方が同じ月内に支払った医療費のうち、世帯の自己負担限度額を超えた分については、高額療養費として世帯主に支給されます。該当の方には、おおむね診療月の3ヶ月後に、申請の手続きについて通知をお送りします。

世帯の自己負担限度額（月額）

70歳未満の方の場合

| 所得区分 | 区分 | 所得要件 ^{*1} | 3回目まで | 4回目以降 ^{*2} |
|----------|----|--------------------|--------------------------------|---------------------|
| 上位所得者 | ア | 901万円超 | 252,600円+ (医療費-842,000円)×1% | 140,100円 |
| | イ | 600万円超～ 901万円以下 | 167,400円+ (医療費-558,000円)×1% | 93,000円 |
| 一般 | ウ | 210万円超～ 600万円以下 | 80,100円+ (医療費-267,000円)×1% | 44,400円 |
| | エ | 210万円以下 | 57,600円 | 44,400円 |
| 住民税非課税世帯 | オ | 住民税非課税 | 35,400円 | 24,600円 |

※1 所得とは、基礎控除後の総所得金額のことです。

※2 当月を含む直近12ヶ月で、4つの世帯で高額療養費の支給が4回以上あった場合は、4回目以降の限度額

70歳以上75歳未満の方の場合（Aの限度額を適用後Bの限度額を適用する。）

| 所得区分 | 適用区分 | 外来+入院（世帯単位）B | |
|---------|-----------------|---|---|
| | | 外来（個人単位）A | |
| 現役並み所得者 | 課税所得 690万円以上 | 252,600円+(医療費-842,000円)×1% (4回目以降 ^{*2} は140,100円) | |
| | 課税所得 380万円以上 | 167,400円+(医療費-558,000円)×1% (4回目以降 ^{*2} は93,000円) | |
| | 課税所得 145万円以上 | 80,100円+(医療費-267,000円)×1% (4回目以降 ^{*2} は44,400円) | |
| 一般 | 課税所得 145万円未満 | 18,000円 (年間14.4万円上限) | 57,600円 (4回目以降 ^{*2} は44,400円) |
| | 低所得者Ⅱ | 8,000円(年間14.4万円上限) | 24,600円 |
| | 低所得者Ⅰ | 8,000円(年間14.4万円上限) | 15,000円 |

限度額適用認定証について

医療費が高額になるときは、「限度額適用認定証」を医療機関窓口へ提示することで、1ヶ月における医療機関窓口での支払額が世帯の自己負担額までとなります。また、住民税非課税世帯の方は「限度額適用・標準負担額減額認定証」を医療機関窓口へ提示することで食事代も減額されます。認定証の交付を受けたいときは、入院前に申請してください。

※限度額適用認定証の交付は、国保税の未納のない世帯の方に限ります。

| | |
|---------|---|
| 現役並み所得者 | 同一世帯に住民税課税所得が145万円以上の70歳以上75歳未満の国保被保険者がいる方。 ただし次の①②③④いずれかの場合は、申請により「一般」の区分と同様となります。 ①国保被保険者が1人で、収入383万円未満 ②国保被保険者が1人で、同一世帯の後期高齢者医療制度の移行で国保を抜けた旧国保被保険者を含めて合計収入520万円未満 ③同一世帯の70歳以上75歳未満の国保被保険者が2人以上で、合計収入520万円未満 ④旧ただし書き所得（総所得から基礎控除額33万円を差し引いた額）の合計金額が210万円以下 |
| 一般 | 上位所得者又は現役並み所得者以外の住民税課税の方 |
| 低所得者Ⅱ | 同一世帯の世帯主および国保被保険者が住民税非課税の方（低所得者Ⅰ以外の方） |
| 低所得者Ⅰ | 同一世帯の世帯主および国保被保険者が住民税非課税で、その世帯の各所得が必要経費・控除（年金の所得は控除額を80万円として計算）を差し引いたときに0円となる方 |

国民健康保険税(国保税)について

国保税は医療分(基礎分)、後期高齢者支援金分(支援分)、介護保険分(介護分)の3つから成り立っています。国保加入者の所得(前年中のもの)や人数、年齢に応じて、年度毎に世帯単位で決まります。

| | |
|------------------------------------|--|
| 40歳未満の人の納め方 | 医療分+後期高齢者支援金分 |
| 40歳以上65歳未満の人の納め方 | 医療分+後期高齢者支援金分+介護分 |
| 65歳以上75歳未満の人の納め方 (介護保険の第1号被保険者) | 医療分+後期高齢者支援金分 (介護保険料は別途、高齢福祉課から通知されます。) |

国保税を納める義務は世帯主にあります。

国保は世帯を単位とした制度のため、世帯主が国保に加入していなくても、世帯の中で国保に加入している方がいる場合は、保険証・各通知の送付や国保税の課税が、世帯主宛になっています。

確定申告・住民税申告が必要です。

遺族年金・障害年金受給者や収入がなかった方も国保税の軽減判定や高額療養費の算出に関係しますので、国保に加入している方は全員、確定申告または住民税申告をしてください。

保険税は社会保険料の控除対象となります(納付額証明書)。

1月末に、前年の1月から12月までに納付のあった国保税の納付額証明書を世帯主宛に送付いたします。なお、年末調整等で早めに証明書が必要な場合は住民課窓口で交付いたします。

※別世帯の方が代理で受け取りに来る場合は、世帯主からの委任状をお持ちください。

国保の届出は14日以内に。

国保の資格取得日は、届出をした日ではなく、国保の資格が発生した日のことです。届出が遅れたときは、資格取得日に遡って課税や医療費の返還請求が行われます。

国保税の納め方

国保税は加入の届出をしたときからではなく、国保の資格が発生した月から課税されます。

口座振替にしましょう！

国保税の納付(普通徴収)は原則として口座振替です。役場窓口で村内にある金融機関(常陸農業協同組合を除く)のカードによる申し込みが可能です(ペイジー口座振替サービス)。

年金からの天引き(特別徴収)

年6回の年金支給日に、受給額から国保税が天引きされます。

【対象者】以下の条件をすべて満たす世帯の世帯主が対象です。

- 国保加入者全員が65歳以上75歳未満
- 世帯主が65歳以上75歳未満の国保加入者
- 年金が年額18万円以上
- 国保税と介護保険料の合計が一回に支給される年金額の2分の1を超えていない方
※国保税に未納がない場合は、申請により口座振替に変更することも可能です。

国保税の納期限

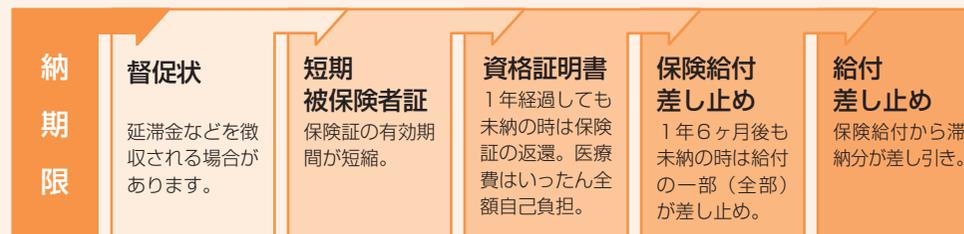
平成31年度の国保税の納期限は次のとおりです。(納期限は各月の末日ですが、末日が休日等により金融機関の非営業日となる場合は、翌月の最初の営業日となります。)

| 第1期 | 第2期 | 第3期 | 第4期 | 第5期 | 第6期 | 第7期 | 第8期 | 第9期 |
|----------|---------|----------|-----------|----------|---------|----------|---------|----------|
| 7月31日(水) | 9月2日(月) | 9月30日(月) | 10月31日(木) | 12月2日(月) | 1月6日(月) | 1月31日(金) | 3月2日(月) | 3月31日(火) |

国保税は期限内に納めましょう！

特別な理由がないのに保険税を滞納すると、次のような措置がとられることとなります。

●給付・保険証の流れ



●滞納処分の流れ



※督促状送付日から10日を経過した日まで完納されない場合は、財産を差押えしなければならない(地方税法で規定)

どうしても納付が困難な時は、お早めにご相談ください。

国保の方へ 特定健康診査・特定保健指導/人間ドック

40～74歳の方は、特定健康診査・特定保健指導を受けましょう

平成20年度より始まった特定健康診査・特定保健指導とは、東海村国民健康保険が、国保に加入している40～74歳の方を対象に行うものです。特定健康診査・特定保健指導では、メタボリックシンドローム（メタボ）に着目した健診を行い、生活習慣を改善し生活習慣病を予防することを目的として実施します。

毎年1回、特定健康診査を受診しましょう。また、特定保健指導該当の方には、後日通知しますので、生活習慣病予防のため、ぜひ、ご活用ください。

特定健康診査は、3つの方法で受けられます。

特定健康診査の費用は、いずれの方法で受けても**無料**です。（一般ドックは一部自己負担があります）

ただし、受診はその年度に1回限りですのでご注意ください。

健診項目

<基本的健診（必須項目）>

身体計測（腹囲を含む）、問診、血圧測定、血液検査（脂質・血糖・肝機能）、尿検査（尿糖・尿蛋白）

<詳細な健診（医師が必要と判断した人）及びその他の健診>

貧血検査、心電図検査、眼底検査、血清尿酸、血清クレアチニン

1 村の総合検診・住民検診時に受けられます

総合検診時は、胃がん検診を受ける方のみ、特定健康診査を同時に行います。

上記以外の方は、住民検診時に、「各種がん検診と同時に」または「特定健康診査のみ」受けられます。

※検診日程については、カレンダーをご覧ください。

（最終日は2020年1月20日(月)）

受診日に持参するもの

国民健康保険証・特定健康診査受診券（ピンク色）
その他（がん検診を受診される方は、お手元に送付されている書類をご確認ください）

2 指定医療機関*で受けられます（受診先へ事前予約が必要です）

*茨城東病院、尾形クリニック、村立東海病院、東海クリニック、及び県内の指定医療機関

基本的健診項目は上記と同じですが、詳細な健診項目については、医師が必要と判断した場合に限ります。

期間は2019年5月1日（水）から2020年1月31日（金）までです。

受診日に持参するもの

国民健康保険証・特定健康診査受診券（ピンク色）

3 一般ドックの費用助成を利用して受けられます（医療機関へ予約⇒役場住民課窓口へ申請）

40歳～74歳までの一般ドックには、特定健康診査の項目が含まれています。特定健康診査受診券（ピンク色）をお持ちの方は、返却くださるようお願いします。

一般ドックを受けるとき

補助金交付決定通知書を忘れずに持参ください。

職場の健診を受けた方へお願いです

職場健診（事業主健診）の対象となっている方は、職場健診が優先ですので、あらためて「特定健康診査」を受ける必要はありません。職場健診の結果が出ましたら、健診結果票を役場住民課（保険年金担当）まで提出していただきますようご協力をお願いします。結果に応じて、保健指導のご案内をします。

18～39歳までの方は村のヤング健診、75歳以上の方は後期高齢者健診が受けられます

- 年度内39歳までの方は、村のヤング健診（**無料**）を受診することができます。村の総合検診・住民検診で実施します。
- 75歳以上の方は、後期高齢者健康診査（**無料**）を受診することができます。村の総合検診・住民検診で実施します。後期高齢者医療被保険者証と「後期高齢者健康診査受診券」（水色）をお持ちください。
- ➔ 後期高齢者健康診査受診券は、村の胃がん検診申込者には総合検診受診票と併せて4月下旬に、それ以外の方は、9月に送付する予定です。

人間ドックの費用を補助します(一般ドックまたは脳ドックのいずれか1回限りです。)

国保の加入者で20歳以上75歳未満の方及び後期高齢者医療保険加入者を対象に、人間ドック費用の一部補助を行っています。なお、一般ドックを受診される方は、「特定健康診査」および「村のがん検診(胃がん、結核・肺がん、大腸がん)」は重複項目となるため、受けることができませんのでご注意ください。

申請受付期間 2019年4月1日(月)～2020年3月6日(金)

対象者 国民健康保険加入者……前年度までの国保税を完納した世帯で、20歳以上75歳未満の方
後期高齢者医療保険加入者……前年度までの後期高齢者医療保険料を完納した方
※受診日当日に、東海村国民健康保険又は後期高齢者医療保険の加入者でない場合、補助の決定を受けていても、費用を補助することはできません(全額自己負担となります)。

申請場所 役場住民課(保険年金担当)

申請に必要なもの 保険証、印鑑(朱肉を使うもの)

※次の医療機関に電話等で予約後、人間ドックの申請をしてください。(補助対象期間：2019年4月1日～2020年3月31日)

| | 医療機関名 | 住所 | 電話番号 | 費用額 | | | | | | 検査項目 | | | |
|-------|-------------------------|-----------------|--------------|--|---------|---------|----------|---------|---------|--|--|--|--|
| | | | | (費用につきましては、消費税の増税に伴い、10月以降変更になる可能性がありますので、各医療機関へお問い合わせください。) | | | | | | | | | |
| | | | | 20～39歳までの方又は後期高齢者医療保険の方 | | | 40～74歳の方 | | | | | | |
| 自己負担 | 費用額 | 村補助額 | 自己負担 | 費用額 | 村補助額 | | | | | | | | |
| 一般ドック | 村立東海病院 | 東海村村松2081-2 | 029-282-2614 | 12,000円 | 40,000円 | 28,000円 | 12,000円 | 40,000円 | 28,000円 | 身体測定、問診、尿検査、便検査、血液検査、肺機能検査、視力検査、聴力検査、眼底検査、心電図検査、胃透視、腹部超音波検査、胸部X線検査 など ※オプションについては助成対象外になりますので、各医療機関へお問い合わせください。 | | | |
| | 日製ひたちなか総合病院 総合健診センター | ひたちなか市石川町20-1 | 029-354-6795 | 12,300円 | 41,040円 | 28,740円 | 12,600円 | 42,120円 | 29,520円 | | | | |
| | 日製日立総合病院 日立総合健診センター | 日立市城南町2-1-1 | 0294-23-3971 | 12,300円 | 41,040円 | 28,740円 | 12,600円 | 42,120円 | 29,520円 | | | | |
| | 茨城県メディカルセンター | 水戸市笠原町489 | 029-243-1111 | 12,300円 | 41,040円 | 28,740円 | 12,300円 | 41,256円 | 28,956円 | | | | |
| | 東関東クリニック | 水戸市白梅3-4-8 | 029-221-1200 | 12,300円 | 41,040円 | 28,740円 | 12,300円 | 41,040円 | 28,740円 | | | | |
| | | | | 自己負担 | 費用額 | 村補助額 | | | | | | | |
| 脳ドック | 聖麗メモリアル病院 脳ドックセンター | 日立市茂宮町841 | 0294-52-8531 | 8,700円 | | | 29,160円 | | 20,460円 | 頭部及び頸椎MRI、頭部及び頸部MRA | | | |
| | ブレインピア南太田 | 常陸太田市谷河原町1183-1 | 0294-70-1711 | 6,900円 | | | 23,000円 | | 16,100円 | 頭部及び頸椎MRI、頭部及び頸部MRA、頸椎レントゲン | | | |
| | 日製ひたちなか総合病院 総合健診センター | ひたちなか市石川町20-1 | 029-354-6795 | 10,800円 | | | 36,000円 | | 25,200円 | 頭部MRI、頭部及び頸部MRA | | | |
| | 日製日立総合病院 日立総合健診センター | 日立市城南町2-1-1 | 0294-23-3971 | 10,800円 | | | 36,000円 | | 25,200円 | 頭部MRI、頭部及び頸部MRA | | | |

大人の検診（健診）

※2020年3月31日まで（平成31年度内）の到達年齢が基準となります。

| | 検診名 | 内 容 | 対 象 | 実施時期と会場 |
|-----------|--------------|--|---|---|
| 総合検診・住民検診 | 胃がん検診 | 胃部エックス線撮影（バリウム法） | 30歳以上 | 胃がん検診を希望する方 → 総合検診 2019年5～8月 会場:保健センター 予約制 <small>※胃がん検診予約日に、他のお申込みになった検診も同時に受診することができます。</small> |
| | 結核・肺がん検診 | 胸部エックス線間接撮影（レントゲン） | 40歳以上 | |
| | 大腸がん検診 | 便潜血検査（2日法） | 40歳以上 | |
| | 前立腺がん検診 | 血液検査（前立腺特異抗原検査） | 50歳～79歳 男性 | |
| | ウイルス肝炎検査 | HBs抗原検査、C型肝炎ウイルス検査 | 18歳以上（村で受診歴のない方） | |
| | ヤング健診 | 問診・身体計測・血圧・尿検査・心電図・血液検査（血糖、脂質、貧血、肝機能等）・眼底検査・腹囲測定 | 18歳～39歳 ※職場等の検診を優先してください。 | |
| | 特定健康診査* | | 40歳～74歳（東海村国民健康保険加入者） | |
| 後期高齢者健診 | 後期高齢者医療保険加入者 | | | |
| 婦人科検診 | 子宮頸がん検診 | 内診・子宮頸部の細胞診 | 20歳以上 女性 | 施設検診 2019年5月～2020年1月 会場:村が指定する各医療機関 集団検診 2020年2～3月 会場:保健センター 予約制 <small>※76歳以上の方は偶数歳（2年に1回）のマンモグラフィ（1方向）検診となります</small> |
| | 乳がん検診 | 問診・視診・触診 超音波検査 マンモグラフィ（乳房レントゲン検査） ※年齢で検査項目が異なります。 | 【30～39歳】 超音波 【40歳～75歳】 ●偶数歳：マンモグラフィ <small>※40歳代のみ2方向</small> ●奇数歳：超音波 【76歳以上】 ●偶数歳：マンモグラフィ 1方向 | |
| | 骨粗しょう症検診 | 足のかかとの骨の超音波検査 | 30、35、40、45、50、55、60、65、70、75歳の女性 | |
| その他 | 成人歯科検診 | 歯科健康診査（歯周病検診等） | 30、40、50、60、70歳 妊婦（母子健康手帳交付時に受診券発行） | 対象者には受診券を送付します。 会場:村が指定する各歯科医院 |
| | 胸部CT検診 | ヘリカルCT | 50歳以上 | 申込み方法:「広報とうかい」4月10日号に掲載予定 費用:3,000円 会場:保健センター |
| | 腹部超音波検診 | 腹部臓器の超音波検査 | 40歳以上 | 申込み方法:「広報とうかい」7月25日号に掲載予定 費用:1,000円 会場:保健センター |

- 昨年12月に実施した「がん検診等申込書」でお申し込みされた検診については、検診時期に合わせて受診券を送付いたします。
- 転入された方は、保健センターへお問合せください。
- 検診費用について、特に記載のない項目は**無料**です。
- 実施期間等については、やむを得ず変更になることもありますのでご了承ください。
- 40歳以上の生活保護受給者の方は、ヤング健診と同様の健診項目を受診できますので、ご希望の方は保健センターへお問合せください。

母と子の健康づくり ～子育て世代包括支援センター「はぐ♥くみ」は、安心して産み育てられるよう支援します～

妊娠したら

保健センターでの手続き

妊娠届

産科医療機関で妊娠の診断を受けたら、できるだけ早めに保健センターに届出をしてください。届出をすることで、母子健康手帳と妊婦一般健康診査受診票の交付などのサービスを受けることができます。
※マイナンバーカード、又はマイナンバー通知カードと運転免許証等をお持ちください。

妊産婦健康診査受診票の交付

妊娠中に14回、産後2回、県内の医療機関において公費負担で健診を受けられます。妊産婦健康診査受診票綴りは、母子健康手帳交付時にお渡しします。県外医療機関での健診を希望する方は、事前の手続きが必要になりますので、保健センターへお問合せください。

八回一ベビースクール（両親学級）
妊婦とそのご家族を対象に、妊娠中や出産後の生活について学ぶ講座を開催しています。
実施時期：年6回（奇数月）1コース計2回 ※予約制 ※1回目は託児あり（予約制）
内容：助産師さんを見て、みんなで話そう！（妊娠中の経過や育児について）、妊娠中の栄養と調理実習、沐浴体験、パパの妊婦体験（ほか）
*詳しくは、母子健康手帳交付時にお渡しする「はぐ♥くみ子育てサポートブック」をご覧ください。

役場での手続き

マル福・マル特

妊婦さんの医療費を助成する制度（マル福・マル特）の手続きを役場住民課で行っています。妊娠届出をした後、忘れずに申請してください。



マタニティマーク

このマークは妊産婦さんへの配慮を促すためのマークで、村では、母子健康手帳交付時にマタニティマークのキーホルダーを配付しています。妊娠初期からバッグなどにつけて周りの人にお知らせしましょう。

乳幼児健康診査(集団健診)

※対象の方には、個別通知します。

- 5ヶ月～ 乳児健診** 問診、身体計測、内科健診、栄養相談指導、ブックスタート、育児相談
- 1歳～ 1歳6ヶ月児健診** 問診、身体計測、内科健診、歯科健診、歯科指導、育児相談
- 2歳～ 2歳半歯科検診** 問診、歯科健診、歯垢染め出し、ブラッシング指導、フッ素塗布、食育、育児相談
- 3歳～ 3歳児健診** 問診、身体計測、内科健診、歯科健診、歯科指導、育児相談、尿検査、視力・聴力検査

赤ちゃんが生まれたら

役場での手続き

出生届

出生届出、届出人の印鑑、母子健康手帳を持参して、生後14日以内に役場住民課に届け出てください。

マル福・マル特

赤ちゃんの医療費を助成する制度（マル福・マル特）の手続きを役場住民課で行っています。忘れずに申請してください。

児童手当等

児童手当は、中学校修了前までの児童を養育している方に支給されます。支給要件や金額、申請方法については、東海村子育て応援ポータルサイト「のびのび子育て帳」をご覧ください。

保健センターへの手続き

出生連絡票・低体重児出生届出

赤ちゃんが生まれたら、「妊産婦健康診査受診票つづり」の中にある「出生連絡票（ハガキ）」に必要事項を記入して、投函してください。なお、赤ちゃんの出生体重が2,500g未満の場合は、出生連絡票により、「低体重児出生届出」が必要になります。

赤ちゃんが生まれてから

赤ちゃん全戸訪問

赤ちゃんが生まれたすべての家庭に助産師が訪問し、体重測定や育児相談を行います。出生後およそ1ヶ月ごろ、助産師が各ご家庭にお電話いたします。早めの訪問を希望される方は、出生連絡票を早めに送付いただくか、母子健康手帳交付時にお渡しする「はぐ♥くみ子育てサポートブック」をご覧ください。いずれかの助産師に直接、お問合せください。

乳児健康診査

生後3～6ヶ月と9～11ヶ月の間に各1回ずつ、委託の医療機関において公費負担で健診が受けられます。受診票は、生後1ヶ月半頃に、予防接種予診票と合わせてご自宅に送付いたします。転入された方は、保健センターで交付申請をしてください。

母子健康相談

対象：妊産婦及び生後3ヶ月～就学前の乳幼児
(事前申し込みは不要です)
実施時期：毎月1回
内容：身体計測、育児相談、栄養相談
受付時間：9:30～11:00
13:00～14:00
※生後1ヶ月、2ヶ月児については、下記の時間帯でご利用いただけます。事前に電話で予約ください。
①10:00～ ②10:30～ ③11:00～
④13:00～ ⑤13:30～ ⑥14:00～

赤ちゃん教室

対象：生後3ヶ月児
内容：ベビーマッサージ、予防接種の話、「赤ちゃんが泣きやまない」DVD視聴、フリートーク
※対象者へ個別通知します。



歯ッピーバースデー教室

対象：生後10・11ヶ月児
内容：離乳食後期～幼児食の話、歯科の話
※対象者へ個別通知します。



健康づくり情報

「自分の健康は自分でつくる！」 東海村の「いばらきヘルスロード」を歩こう！

「いばらきヘルスロード」とは、茨城県が推進するウォーキングコースです。一定の要件を満たし、だれもが安心して利用できるよう配慮されたコースが指定されます。東海村では、「第二次東海村健康づくり推進計画（すこやかチャレンジプラン）」を策定し、計画を推進するための取組みとして、「いばらきヘルスロード」の活用普及を積極的に実施しています。

村内で指定を受けているコースは、下記の計9コースです（平成31年3月末現在）。保健センターや役場庁舎、各コミュニティセンターにコースマップがありますのでご覧ください。

●押延・天神山 水と緑の里山コース

「関東・水と緑のネットワーク拠点百選」に認定された「押延ため池いこいの森」を通るコース
【延長】約4.9km 【所要時間】約1時間

●ふれあいの森から新緑のコース

村立図書館周辺から船場～須和間方面をめぐるコース
【延長】約4.6km 【所要時間】約1時間

●白方 桜薫る田園コース

白方コミセンを起点とし、国道245号近辺の自然を感じながら歩けるコース
【延長】約4.9km 【所要時間】約1時間

●阿漕ヶ浦・虚空蔵堂コース

国道245号沿線近辺をめぐる変化に富んだコース
【延長】約4.9km 【所要時間】約1時間

●舟石川 まほろばの里と近隣公園コース

舟石川コミセンを起点に2ヶ所の「東海十二景」や季節折々の風景が楽しめる他、舟石川近隣公園付近を通るコース
【延長】約5.4km 【所要時間】約1時間10分

●中丸 パワースポットと芋葉をめぐるコース

中丸コミセンを起点とし、さつまいも畑が周辺に広がる道を通る他、「東海十二景」の一つである住吉神社付近を通るコース
【延長】約4.7km 【所要時間】約1時間

●石神 歴史ロマンの道コース

石神コミセンを起点とし、村の歴史を感じながら歩けるコース
【延長】約5.1km 【所要時間】約1時間

●真崎 いちょうとはなみずきの並木通りコース

コース全体が平坦でウォーキング初心者にも歩きやすさが特徴のコース
【延長】約5.4km 【所要時間】約1時間10分

●総合福祉センター周回ヘルスロード（A・B・C・Dコース）

総合福祉センター「絆」の周辺を巡るコース
※Dコースは、コース全面に緑の誘導線、500メートル毎の路面標示があります。

| | | |
|-------|------------|------------|
| Aコース… | 【延長】約0.5km | 【所要時間】約5分 |
| Bコース… | 【延長】約0.8km | 【所要時間】約8分 |
| Cコース… | 【延長】約1.2km | 【所要時間】約12分 |
| Dコース… | 【延長】約5.1km | 【所要時間】約1時間 |

みんなですこやかウォーキングに参加しよう！

東海村健康づくり推進計画推進委員会では、「みんなですこやかウォーキング」を開催しています。申し込みは不要です。お気軽にご参加ください。

受付：午前9時～

ウォーキング開始：9時30分～（約1時間程度のウォーキング）

右記の集合場所にて受付をしてください。

自分の健康は自分でつくる！
みんなで楽しみながら歩こう！



| 期 日 | 集合場所 | コース |
|------------------|-------------------|-------------------------|
| 2019年 4 / 5 (金) | 白方コミュニティセンター | 白方 桜薫る田園コース |
| 5 / 10 (金) | 村立図書館西側（ふれあいの森公園） | ふれあいの森から新緑のコース |
| 6 / 7 (金) | 舟石川コミュニティセンター | 舟石川 まほろばの里と近隣公園コース |
| 9 / 6 (金) | 中丸コミュニティセンター | 中丸 パワースポットと芋葉をめぐるコース |
| 10 / 11 (金) | 石神コミュニティセンター | 石神 歴史ロマンの道コース |
| 11 / 1 (金) | 真崎コミュニティセンター | 真崎 いちょうとはなみずきの並木通りコース |
| 12 / 6 (金) | 総合福祉センター「絆」 | 総合福祉センター「絆」周回ヘルスロードDコース |
| 2020年 1 / 10 (金) | 村松コミュニティセンター | 阿漕ヶ浦・虚空蔵堂コース |
| 2 / 7 (金) | 総合福祉センター「絆」 | 押延 天神山 水と緑の里山コース |
| 3 / 6 (金) | 総合福祉センター「絆」 | 総合福祉センター「絆」周回ヘルスロードDコース |

検診(健診)を受けたら・・・健康相談・各種健康教室のご案内

検診(健診)を受けた後は、生活習慣を振り返り、 今よりさらに健康に近づくチャンスです!

保健センターは、あなたの健康と一緒に考え、サポートします!

◆元気アップ健康相談◆

●体組成計測定(受付時間:9時~11時30分 13時~17時)※毎月1回
体組成計で、体脂肪率・内臓脂肪レベル・筋肉量等を測定します。

●個別健康相談(予約制)

※個別健康相談をご希望の方は、お電話にてご予約ください。

こんなときにご活用ください

- 健診で「要指導」又は「要精密検査」の判定が出た!・・・病院に行った方がいいの?
- 血糖や悪玉コレステロールが気になるが、どんな生活を心がけたらいいの?

このままではいけない! 運動習慣や食生活を見直したいと思ったら...



年代や性別ごとに生じる健康に関する問題を解消できる教室を実施しています!

- 例) 年代別女性のための健康講座(美ボディ講座等)
エンジョイ・ヘルスアップ(事業委託先:スマイルTOKAI) など
男性のための運動講座(事業委託先:スマイルTOKAI) など

※広報とうかいにて適宜募集しますのでご確認ください。
ご不明な場合は、保健センターへお問合せください。



健康づくり応援隊!!

東海村には、健康づくりを実践する団体がたくさんあります。ここでは、村が進める健康づくり事業に関わっている団体について、その一部をご紹介します。

東海村健康づくり推進計画推進委員(すこやか委員)

村民の皆さんの健康寿命を延ばすため、「自分の健康は自分でつくる」を合言葉に、健康づくり活動の啓発を行っています。

【主な活動】

- 「みんなですこやかウォーキング」の開催
- 誰もが安全に快適に歩けるウォーキングコース「いばらきヘルスロード」の普及活動
- 地域への健康づくり活動の啓発 など

母子保健推進員

村内に30人おり、行政と地域・家庭をつなぐパイプ役として、保健センターにおける乳幼児健診の受診勧奨や健診時のお手伝いを行っているほか、子育てに関することなどについての地域の身近な相談窓口として活動しています。

食生活改善推進員(愛称:ヘルスマイト)

村が隔年で実施している養成講座において、「食と健康」について学んだ約90人が、東海村食生活改善推進員連絡協議会に所属し、村民の皆さんを対象とした様々な食育活動をボランティアで行っています。今年度、養成講座を実施します。募集については広報とうかいでご案内します。

【主な活動】

- 親子対象の食育教室
- 2歳半歯科検診時の食育教室
- 「減塩プロジェクト事業」として、ご家庭のみそ汁やスープの塩分測定を無料で実施

東海村ヘルスマイトジュニア事業(親子の食育教室)

東海村では、食育の一環として、村内在住の小学生親子を対象としたスタンプラリー形式の食育教室を実施しています。対象の教室に参加し、「健康づくり」・「食文化の継承」・「地産地消」の3種類のスタンプを集めて応募してください。お子さんには、「食育を実践している子ども」として「ヘルスマイトジュニア認定書」を、保護者には記念品を差し上げます。対象教室は、各小学校を通してご案内します。

予防接種 ～感染症から自分の健康を守る&感染拡大を防ぐために予防接種を受けましょう!～

子どもの定期予防接種

※対象年齢の〇歳未満は、「〇歳の誕生日の前日まで」を意味します。

定期予防接種は、医療機関での個別接種となります。接種費用は無料（公費負担）です。

転入された方には、母子健康手帳の接種歴を確認したうえで年齢に応じた予診票を交付します。母子健康手帳を持参し、保健センターの窓口までお越しください。

| 種 類 | 対象年齢 | 接種開始年齢 | 接種回数 | 接種間隔及び注意事項 | 通知時期 | |
|---|----------------|-----------------------|-----------------|---|---------|--|
| | | | | | | |
| ヒブ感染症 (インフルエンザ菌b型) | 生後2ヶ月～ 5歳未満 | 生後2ヶ月～ 7ヶ月未満 | 4回 (3回、追加1回) | <ul style="list-style-type: none"> ・1～3回目の接種は27日～56日の間隔をおいて接種（医師が必要と認める場合は20日） ・追加接種は3回目接種後、7ヶ月以上から13ヶ月までの間隔をおいて接種 ※ただし、2回目及び3回目の接種は1歳までに接種する。1歳を超えた場合は行わない。追加接種は可能。 | 生後1ヶ月半頃 | |
| | | 生後7ヶ月～ 1歳未満 | 3回 (2回、追加1回) | | | <ul style="list-style-type: none"> ・1～2回目の接種は27日～56日の間隔をおいて接種（医師が必要と認める場合は20日） ・追加接種は2回目接種後、7ヶ月以上から13ヶ月までの間隔をおいて接種 ※ただし、2回目の接種は1歳までに接種。1歳を超えた場合は行わない。追加接種は可能。 |
| | | 1歳～5歳未満 | 1回 | | | |
| 小児肺炎球菌 (13価結合型) | 生後2ヶ月～ 5歳未満 | 生後2ヶ月～ 7ヶ月未満 | 4回 (3回、追加1回) | <ul style="list-style-type: none"> ・1～3回目の接種は標準的には1歳までに27日以上の間隔をおいて接種 ・追加接種は3回目接種後、60日以上の間隔をあげ、かつ1歳以上になってから接種 ※ただし、2回目及び3回目の接種が2歳を超えた場合は行わない。また、2回目の接種が1歳を超えた場合は3回目の接種は行わない。どちらも追加接種は可能。 | 生後1ヶ月半頃 | |
| | | 生後7ヶ月～ 1歳未満 | 3回 (2回、追加1回) | | | <ul style="list-style-type: none"> ・1～2回目の接種は標準的には1歳までに27日以上の間隔をおいて接種 ・追加接種は2回目接種後、60日以上の間隔をあげ、かつ1歳以上になってから接種 ※ただし、2回目の接種が2歳を超えた場合は行わない。追加接種は可能。 |
| | | 1歳～2歳未満 | 2回 | | | 1回目接種後、60日以上の間隔をおいて2回目を接種 |
| | | 2歳～5歳未満 | 1回 | | | |
| B型肝炎 | | 1歳未満 | 3回 | <ul style="list-style-type: none"> ・標準的には生後9ヶ月までに3回接種。1～2回目の接種は27日以上の間隔をおいて接種。3回目は、1回目の接種から139日以上の間隔をおいて接種。 | 生後1ヶ月半頃 | |
| 4種混合 (百日咳 ジフテリア 破傷風 不活化ポリオ) | 1期 | 生後3ヶ月～7歳6ヶ月未満 | 4回 (3回、追加1回) | <ul style="list-style-type: none"> ・1～3回目の接種は標準的には1歳までに20日～56日の間隔をおいて接種。 ・追加接種は3回目接種後、6ヶ月以上（標準的には12ヶ月～18ヶ月）の間隔をおいて接種。 | 生後1ヶ月半頃 | |
| 2種混合 (ジフテリア・破傷風) | 2期 | 11歳以上13歳未満 | 1回 | 標準的な接種期間は、11歳～12歳までに接種。 | 11歳になる月 | |
| BCG | | 1歳未満 | 1回 | 標準的な接種期間は、生後5ヶ月～8ヶ月までに接種。 | 生後1ヶ月半頃 | |
| 麻しん風しん混合 | 1期 | 1歳～2歳未満 | 1回 | 麻しん風しんは感染力の強い病気です。1歳の誕生日を迎えたら早めに接種を受けましょう。 | 生後1ヶ月半頃 | |
| | 2期 | 5歳～6歳 (小学校就学前の1年間) | 1回 | 平成25年4月2日～平成26年4月1日生（年長児）に個別通知します。 | 平成31年4月 | |
| 水痘 (みずぼうそう) | | 1歳～3歳未満 | 2回 | <ul style="list-style-type: none"> ・1回目の接種は、標準的には1歳～1歳3ヶ月までに接種。 ・2回目の接種は、1回目接種後、3ヶ月以上（標準的には6ヶ月～12ヶ月）の間隔をおいて接種。 | 生後1ヶ月半頃 | |

| | | | | | |
|-----------------------------|-----------------------------------|---------------------------|---------------------------------|---|-----------------------|
| 日本脳炎 | 1期 | 6ヶ月～7歳6ヶ月未満 | 3回 (2回、追加1回) | ・1～2回目の標準的な接種期間は3歳～4歳までに接種。 接種間隔は、6日以上、標準的には28日までの間隔を置いて接種。 ・追加接種の標準的な接種期間は4歳～5歳までに接種。 2回目接種後、6ヶ月以上、標準的にはおおむね1年の間隔を置いて接種。 | 生後1ヶ月半頃 |
| | 2期 | 9歳～13歳未満 | 1回 | 標準的な接種期間は、9歳～10歳までに接種。 | 9歳になる月 |
| | 特例措置 | 平成7年4月2日～ 平成19年4月1日生まれ | 不足回数 | 20歳未満（20歳の誕生日の前日）までに不足回数を接種。 | ※保健センターにお 問合せください。 |
| 平成19年4月2日～ 平成21年10月1日生まれ | | 不足回数 | 9歳～13歳未満（13歳の誕生日の前日）までに不足回数を接種。 | | |
| 子宮頸がん 予防ワクチン | 中学1年～高校1年 女子 (標準的接種期間：中学1年生の間) | | 3回 | HPV（ヒトパピローマウイルス）感染症を予防するワクチンです。ワクチンはサーバリックスとガーダシルの2種類があります。接種間隔が異なりますので接種医や保健センターにお問合せください。 ※子宮頸がん予防ワクチンは、平成25年6月15日より接種後の副反応発症が否定できないことから積極的接種勧奨の差し控えをしております。接種を受ける方は、ワクチン接種の効果及び副反応を十分にご理解いただいた上で接種くださいますようお願いいたします。 | 中学1年生 |

●長期療養を必要とする疾病にかかったことにより、定期予防接種の対象年齢内に接種できなかった場合は、保健センターへご相談ください。

子どもの任意予防接種費用一部助成

村では、お子さまの感染症予防と健康の保持増進を目的として、任意予防接種の接種費用について公費助成を実施します。なお、転入等で接種を希望する方は、保健センターへご相談ください。

| 接種の種類 | 費用助成対象年齢 | 接種回数 | 自己負担額 | 通知時期 |
|---------|---------------------------------|------|----------|---------|
| おたふくかぜ | 1歳～小学校就学前の3月31日まで | 1回 | 無料 | 生後1ヶ月半頃 |
| インフルエンザ | 1歳（10月1日現在）以上 15歳（中学3年生）以下の方 | 1～2回 | 1,000円/回 | 9月末 |

肺炎球菌ワクチン(23価)予防接種費用一部助成

①定期接種（国の助成事業）

- ▼対象者
 - ・年度内に65、70、75、80、85、90、95、100歳に達する方で、これまでに一度も肺炎球菌ワクチン（23価）予防接種を受けたことのない方
 - ・60歳以上64歳以下の方で、心臓・腎臓・呼吸器の機能に重い障がい及びヒト免疫不全ウイルスにより、身体障がい者手帳1級の交付を受けている方
- ▼助成金額
 - ・接種費用の半額（上限4,000円）
- ▼接種期間
 - ・2019年4月1日～2020年3月31日まで
- ▼予診票の交付
 - ・年度内に65歳に達する方には年度始めに個別通知します。それ以外の年齢の方でこれまでに1度も肺炎球菌ワクチン（23価）予防接種を受けたことのない方は、事前に保健センターにお申し込みください。
 - ・60歳以上64歳以下の方は、身体障がい者手帳を持参の上、事前に保健センターにお申し込みください。

②任意接種（村の助成事業）

- ▼対象者
 - ・70歳以上の方で、過去5年間に肺炎球菌ワクチン予防接種を受けていない方
- ▼助成金額
 - ・接種費用の半額（上限4,000円）
- ▼接種期間
 - ・なし
- ▼予診票の交付
 - ・事前に保健センターにお申し込みください。
- ▼その他
 - ・肺炎球菌ワクチン予防接種を接種してから5年以内に再接種すると副反応が強くなる恐れがあります。必ず、**前回の接種から5年経過していることをご確認の上、接種を受けてください。**
 - ・肺炎球菌ワクチン（13価）については、費用助成の対象外となりますので、予めご了承ください。

インフルエンザワクチン接種費用助成

| 費用助成対象年齢 | 助成回数 | 自己負担額 | (費用助成) 申込みの要・不要 | |
|--|------------------|-------|-----------------|--|
| 65歳以上の方 | 1回 | 無料 | 不要 | 対象年齢の方に、9月末に予診票を送付します。ただし、9月以降に転入された方は、保健センターにご連絡ください。 |
| 60歳以上64歳以下の方で、心臓・腎臓・呼吸器の機能に重い障がい及びヒト免疫不全ウイルスにより、身体障がい者手帳1級の交付を受けている方 | 1回 | 無料 | 要 | ▼初めて申し込む方 身体障がい者手帳を持参の上、事前に保健センターにお申し込みください。 ▼以前に費用助成を利用したことがある方 事前に電話でお申し込みください。(9月以降) |
| 村民税非課税世帯、または生活保護世帯の方(全年齢) | 1～2回 (年齢に応じて) | 無料 | 要 | 非課税証明書等の事前手続きが必要です。詳しくは、9月25日号の広報「とうかい」でご案内します。 |

各種助成金のお知らせ

不妊治療費助成金

東海村では、不妊治療を受けている方の経済的負担軽減のために、不妊治療費の一部助成をいたします。

対象となる治療 体外受精、顕微授精

対象となる方 夫または妻のどちらかが村内に住所を有する夫婦
茨城県不妊治療費補助金の交付を受けている方

助成金額等 不妊治療費（医療機関の発行する不妊治療費助成事業受診等証明書内の領収金額）から県補助金を差し引いた額で、1回75,000円を限度

申請方法 次の書類を添えて、保健センターに申請してください。

- ①茨城県不妊治療費補助金交付決定通知書の写し
- ②茨城県不妊治療費助成事業受診等証明書の写し
- ③東海村不妊治療費助成金交付申請書

※③は保健センターに備えてあります。東海村のホームページからもダウンロード可能です。

不育症治療費助成金

東海村では、不育症治療を受けている方の経済的負担軽減のために、不育症治療費の一部助成をいたします。

対象となる治療 保険適用外の不育症の検査及び治療（入院時の差額ベッド代、食事代、文書料等は助成対象外）

対象となる方 夫または妻のどちらかが村内に住所を有する夫婦

助成金額等 不育症治療にかかる保険適用外の検査及び治療に要した費用の1/2を助成
1人につき年間15万円まで、通算して5年間助成

申請方法 次の書類を添えて保健センターに申請をしてください。

- ①不育症治療医療機関証明書
- ②医療機関の発行する領収書及び診療報酬明細書
- ③東海村不育症治療費助成金交付申請書
- ④健康保険証の写し

※①、③は保健センターに備えてあります。東海村のホームページからもダウンロード可能です。

肝炎治療費助成金

東海村では、ウイルス肝炎の治療を受けている方の経済的負担軽減のために、肝炎治療費の一部助成をいたします。

対象となる治療 B型・C型肝炎ウイルスの除去を目的としたインターフェロン等保険適用となっている治療

対象となる方 茨城県肝炎治療費助成事業の対象となっている方

助成金額 肝炎治療に要した月額医療費（自己負担上限額を限度に）の1/2を助成

申請方法 次の書類を添えて保健センターに申請をしてください。

- ①肝炎治療受給者証の写し
- ②自己負担上限額管理表の写し
- ③東海村肝炎治療費助成金交付申請書

※③は保健センターに備えてあります。東海村のホームページからもダウンロード可能です。

※各助成金は口座振込となるため、申請時に口座番号の分かるものをご持参ください。また、印鑑が必要になる場合もありますので、合わせてお持ちください。

村内の主な医療機関一覧（順不同）

救急医療情報

急な病気で困ったときに役立つ情報をお知らせします。

| 医療機関名 | 住所 | 電話 | 受付時間 | 休診日 | お知らせ |
|---------------------|--------------------|----------|-------------------------|--------------------|---|
| 石井整形外科クリニック | 東海 3-2-11 | 270-5141 | 9:00~12:30 15:00~19:00 | 日曜 祝日 | 水曜は9:00~12:30 土曜は9:00~12:30 |
| いばらき診療所とうかい | 石神内宿 1724-1 | 283-4110 | 8:30~11:00 | 土曜 日曜 祝日 | 火曜は予約者のみ 訪問診療等は開始前に申込みが必要 |
| 茨城東病院 胸部疾患・療育医療センター | 照沼 825 | 282-1151 | 8:30~11:00 | 土曜 日曜 祝日 年末年始 | |
| 植村整形外科クリニック | 舟石川 689-7 | 270-5117 | 9:00~13:00 15:00~19:00 | 火曜 日曜 祝日 | 土曜は9:00~12:30 14:00~16:00 |
| 尾形クリニック | 村松 375 | 282-4781 | 8:15~12:00 13:00~17:15 | 日曜 祝日 | 木曜・土曜は8:15~12:15 |
| 久慈こどもクリニック | 舟石川駅西 2-8-6 | 219-7303 | 8:45~12:00 15:15~17:30 | 土曜 日曜(第1、第3、第5) 祝日 | 金曜は8:45~12:00 日曜は8:45~10:00 |
| 村立東海病院 | 村松 2081-2 | 282-2188 | 7:30~11:30 13:00~16:30 | 水曜午後 土曜午後 日曜 祝日 | 水曜・土曜は7:30~11:30 |
| 東海眼科 | 船場 732-31 | 287-3111 | 9:00~12:00 14:00~18:00 | 木曜 日曜 祝日 | 土曜は9:00~12:00 14:00~16:00 |
| 東海クリニック | 舟石川 944 | 283-1711 | 9:00~11:30 13:30~18:00 | 日曜 祝日 | 土曜は9:00~11:30 |
| 東原クリニック | 白方 1707-1 | 283-2301 | 9:00~12:00 14:00~19:00 | 日曜 祝日 | 土曜は9:00~12:00 |
| 武藤小児クリニック | 石神内宿 2245-10 | 282-7722 | 9:00~12:00 15:00~17:30 | 日曜 祝日 | 木曜・土曜は9:00~12:00 |
| あかつ歯科クリニック | 舟石川駅東 4-5-1 | 284-0022 | 9:00~12:00 14:30~18:30 | 水曜 日曜 祝日 | |
| 石井歯科 | 船場 271 | 287-2208 | 9:00~11:30 14:30~18:30 | 木曜 日曜 祝日 | |
| 石川歯科医院 | 東海 3-1-30 | 282-3168 | 9:00~12:00 14:00~18:00 | 日曜 祝日 | 土曜は9:00~13:00 |
| 伊藤デンタルクリニック | 村松北 1-13-5 | 283-0223 | 9:30~13:00 15:00~19:00 | 木曜 日曜 祝日 | 土曜は9:30~12:00 14:00~18:00 |
| えざき歯科クリニック | 村松 2334-2 | 287-7688 | 9:30~13:00 15:00~19:30 | 木曜 日曜 祝日 | 祝日のある週は木曜も診療 |
| エンジェル歯科医院 | 舟石川駅西 2-11-7 | 287-2206 | 9:00~12:00 13:30~18:00 | 木曜 日曜 祝日 | |
| 菊地歯科医院 | 舟石川駅西 4-4-1 | 283-2728 | 9:00~11:15 13:30~17:00 | 木曜 日曜 祝日 | |
| クラーク歯科 | 舟石川駅西 3-15-19 | 287-0045 | 9:30~12:00 15:00~19:15 | 木曜 日曜 祝日 | 土曜は9:30~12:00 15:00~16:30 |
| こいずみ歯科医院 | 舟石川 830-1 | 283-4182 | 9:00~12:00 14:00~19:00 | 木曜 日曜 祝日 | 土曜は9:00~12:00 14:00~17:00 祝日のある週は木曜も診療 |
| さがわ歯科 | 村松 2124-24 | 287-3911 | 9:30~12:30 14:30~18:30 | 木曜 日曜 祝日 | 土曜は9:30~12:30 14:00~16:30 |
| 月村歯科医院 | 白方 1324-3 | 287-0230 | 9:00~12:00 14:30~18:30 | 木曜 日曜 祝日 | |
| ファミリー歯科 | 舟石川駅東 4-1-1 イオン東海店 | 287-2824 | 10:00~12:30 14:30~18:30 | 水曜 祝日 | 土曜・日曜は午後受付18:00まで 日曜不定休 |
| 村松歯科医院 | 村松 343-1 | 282-8837 | 9:00~12:00 14:00~18:00 | 木曜 日曜 祝日 | |

※受付時間、休診日は変更になることがあります。受診などの際は、あらかじめ医療機関にご確認ください。

休日診療

日曜・祝日等の休日に、村内医療機関（当番制）で診療を受けられます。
実施日・当番医は、広報「とうかい」、東海村ホームページまたは村公式アプリ「こちら東海村」でご確認ください。

診療時間 9:30~12:00、13:00~14:00

茨城おとな救急電話相談

急な病気で心配なとき、看護師のアドバイスを受けられます。

相談時間 24時間 365日

プッシュ回線の固定電話、携帯電話から（短縮ダイヤル）#7119

または 03-5367-2365

茨城子ども救急電話相談

お子さんが急な病気で困ったときに、すぐ受診させた方が良いのか、様子を見ても大丈夫なのか、看護師のアドバイスを受けられます。

相談時間 24時間 365日

プッシュ回線の固定電話、携帯電話から（短縮ダイヤル）#8000

または 03-5367-2367

茨城県立子ども病院小児救急診療（お子さんの救急診療）

電話受付時間 22:00~翌日2:00

※必ず事前に電話で相談してください（外傷の場合は対応できません）

電話 029-254-1151（代表）

東海村健康相談24時

医師や看護師等の専門スタッフが、皆様の健康・医療相談に応じます。
通話料・相談料は無料です。

毎日24時間対応

電話 0120-3389-56（ささやくコール）

お問い合わせ先・案内図

国民健康保険・人間ドックに関すること

東海村福祉部住民課保険年金担当（東海村役場内）
電話 029-282-1711（代表）

健診・予防接種・健康づくりに関すること

東海村保健センター（東海村総合福祉センター「絆」内）
電話 029-282-2797（直通）
ホームページ <http://www.vill.tokai.ibaraki.jp/hoken-c/>

案内図

