

村内で活動・活躍している団体を紹介します!

## 古文書と歴史を学ぶ会

東海村および周辺の市町村の歴史を分かりやすく解説して“明けゆく東海村”を学んでいます。

地域の「遺跡」「古文書」を追いかけるだけでは、歴史を正しく理解することはできません。通史を学ぶことで、地域の古代から現代までの全体的歴史の理解を深めることができます。

歴史も研究成果に基づき変化しています。地域の歴史や文化について理解を深めることを目指して講座を開催しています。



【Data】

活動日時▼毎月第4土曜日

活動場所▼中央公民館

会員数▼65人

連絡先▼会長 照沼 秀男(☎283-0966)

東海村国民健康保険(国保)加入者の方へお知らせします

## 5月1日(水・祝)から、指定医療機関での特定健康診査(特定健診)が始まります!

平成30年度から、東海村および那珂市以外の県内指定医療機関でも特定健診を受診できるようになりました(県内実施医療機関575か所)。詳細は、茨城県医師会および村公式ホームページをご覧ください。

期間▼5月1日(水・祝)～2020年1月31日(金)

対象▼東海村国保に加入している40～74歳の方 ※対象者には、4月下旬に受診券(ピンク色)を発送します。

費用▼無料(8,600円相当)

### Q1. 特定健康診査って何?

A1. 生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的とするメタボリックシンドロームに着目した健診です。

### Q2. 医療機関に定期的に通院しているから、受けなくてもいい?

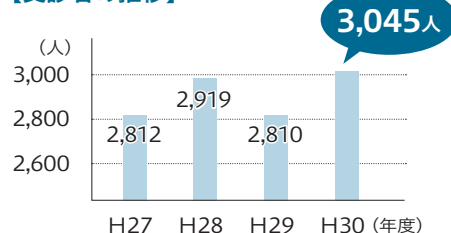
A2. 特定健診は、医療機関で治療中の方も対象です。特定健診の受診率が低いと後期高齢者支援金が加算され、皆さんの保険税に影響が出る可能性がありますので、ぜひ受診にご理解とご協力をお願いします。

### Q3. 勤務先等で健診を受けているから、関係ない?

A3. 職場での健診の結果を提出することで、“特定健診を受診した”とみなすことができます。健診の結果が届いたら、住民課保険年金担当までお持ちください。

生活習慣病は「予防・早期発見・早期治療」が大切です! 自分の身体と生活を守るために、毎年、特定健診を受けましょう!

【受診者の推移】



※平成30年度は3,045人が特定健診(人間ドック・事業主健診含む)を受診しました(平成31年3月31日現在)。

### Q4. 受診券を紛失してしまったのですが…。

A4. すぐに、再発行することができます。住民課保険年金担当までご連絡ください。ただし、受診券を利用して健診が受けられるのは年度内1回限りなので、ご注意ください。

### Q5. 健診結果が怖いから受けたくないときは?

A5. 生活習慣病のほとんどは、“症状が出ないまま進行”します。自覚症状が出てから生活習慣病が見つかったら、治療に多くの時間や医療費がかかります。

### Q6. 健診の結果、生活習慣や食生活の改善が必要になったら?

A6. 保健師や管理栄養士がサポートしますので、お気軽にご相談ください。

【問い合わせ】住民課保険年金担当(役場行政棟1階 ☎282-1711 内線1131)