

【今後の特定健診(集団健診・個別健診)の日程】

	実施日	自己負担額
町民ドック	8月30日(金)～9月1日(日)	2,000円
熊石地域住民検診	10月2日(水)	1,000円
八雲地域住民検診	11月6日(水)～7日(木)	1,000円
農協ミニドック	令和2年2月4日(火)～5日(水)	1,000円
道南勤医協八雲 ユースタープ医院(個別健診)	2月末日まで随時受診可(国保のみ)	1,000円
魚住金婚湯医院 (個別健診)	2月末日まで随時受診可(国保のみ)	1,000円

生活習慣病とは？

「運動不足」「不適切な食生活」「ストレス」などの不健康な生活習慣により内臓脂肪が蓄積し、高血圧、高血糖、脂質異常の2つ以上を抱える「メタボリック症候群(内臓脂肪症候群)」の状態から、肥満症、高血圧症、糖尿病、脂質異常症を発症することを言います。生活習慣病は、自覚症状のないまま少しずつ進行し、心

特定健診を受けて生活習慣病を

予防しましょう

筋梗塞など心臓病(虚血性心疾患)、脳卒中、糖尿病合併症などの重大な病を引き起こし、長期的な治療、高額な医療費等、大きな負担となります。

【メタボは予防・改善できます】

メタボは不健康な生活習慣が原因とされ、「適度な運動」「食生活の見直し」「規則正しい生活」など、これまでの生活習慣を見直すことで体質が改善され、メタボも予防・改善することが出来ます。

【個別健診の実施について】

◆国保の特定健診は次の医療機関でも受診できます。

- ・道南勤医協ユースタープ医院
- ・魚住金婚湯医院

特定健診受診率の向上にご協力ください

国民健康保険に加入されている方へ

八雲総合病院(内科)・八雲ユースタープ医院・魚住金婚湯医院のいずれかの病院に定期的に受診し、血液・尿検査を受けている方で、その検査データを八雲町国保へ提供しても良いという方は、受診券に同封の【臨床検査データ提供にかかる同意書】を病院受診の際に提出していただくと、特定健診を受診したこととなり、受診率の向上につながりますので、検査データ提供にご協力をお願いします。

詳細は定期的に受診されている病院にご相談ください。

◆個別健診受診期間

・令和2年2月末日まで随時受診できます。

※受診する際は各医院にあらかじめ予約が必要です。各医院に必ずお問い合わせください。

※受診には、「特定健康診査受診券」が必要です。3月末日までに国保加入の方には5月に受診券を送付していますので、当日受診機関へ持参してください。なお、4月以降に加入した方、受診券を紛失された方は申請により受診券を交付しますので国民健康保険係へお問い合わせください。

【問い合わせ先】

- ・住民生活課国民健康保険係
☎0137-62-2112
- ・保健福祉課健康推進係
(シルバープラザ内)
☎0137-64-2111

郷土資料館からのお知らせ

■企画展

ペザントアート
八雲における

農民美術運動

長野県内で山本県がペザントアートを始めて、今年で100周年になります。それを記念して、八雲で活動していた八雲農民美術研究会についてと、徳川農場が集めた全国・世界各地のペザントアートを紹介します。

【開催日時】

8月17日(土) ～ 11月24日(日)

午前9時～午後4時30分
※開催期間の祝日は開館しません。

【開催場所】

八雲町木彫り熊資料館
展示室

【入場料】 無料
【申し込み・問い合わせ先】
郷土資料館

☎0137-63-3131

八雲分屯基地から
航空機の離着陸訓練
情報のお知らせ

航空自衛隊八雲分屯基地から災害派遣時における飛行場等の機能回復に必要な能力向上のため、航空機の飛来による離着陸訓練実施の通知がありましたので、お知らせします。

詳しい飛来時間等については、八雲分屯基地ホームページをご覧ください。

【訓練・飛行日程】

- ・実施日
8月26日(月)
- 9月10日(火)～11日(水)
- ・内容
C-130H輸送機1機
CH-47J輸送機1機

(9月10日(火)のみ)

【問い合わせ先】

八雲分屯基地総務班
☎0137-62-2262