

平成24年度 特定健診・ご長寿健診のご案内

- 対象者 特定健診…40歳～74歳までの高山村国民健康保険加入者  
ご長寿健診…75歳以上の方
- 費用 無料
- その他 ①集団健診、個別健診、人間ドックは重複して受診できませんので、ご注意ください。  
②集団健診や個別健診を受ける際には、特定(後期高齢者)健康診査受診票が必要です。  
平成24年度は、40才以上の国民健康保険加入者には「ピンク色の受診票」、後期高齢者医療受給者には「きいろの受診票」が、配布されます。

40才以上の国保加入者の受診票

特定健康診査受診票・受診券  
(ピンク)

75才以上の方の受診票

後期高齢者健康診査受診票  
(きいろ)

・集団健診

実施日	受付時間	会場
7月24日(火)	午前7時30分～9時30分	関田住民センター
7月25日(水)		原住村民センター
7月26日(木)		高山村保健福祉センター

集団健診を受けるときは…

- \* 検査日の前夜8時以降は飲食を控えてください。ただし、高血圧・循環器系の薬を毎朝服用している方は、水で服用してください。
- \* 糖尿病で服薬・インスリン注射をされている場合は事前に主治医に相談のうえ服薬しないで下さい。当日は、受診票及び検尿を持参してください。

- \* 社会保険等の加入者で、集団健診を希望する場合は、健康保険組合が発行する受診券と健康保険証が必要です。不明な点は、下記へお問い合わせ下さい。

全国健康保険協会群馬支部(保健グループ) ☎027-219-2104

・個別健診…実施期間 平成24年6月1日～8月31日まで

実施医療機関名	連絡先	実施日(受付時間)
中山診療所	0279-70-5007	毎週 月～土(土曜日は午前のみ) 午前10時～12時 午後2時～5時
沼田脳神経外科循環器科病院	0278-22-5052	毎週 月・火・水・金 午前9時～11時30分
沼田クリニック	0278-22-1188	毎週 月～土・休日当番日 午前9時～11時30分 午後2時～4時30分
吾妻脳神経外科循環器科	0279-68-5211	毎週 火・金・土 午後2時～4時30分

個別健診を受けるときは…

- \* 電話で予約をしてから受診して下さい。
- \* 村から発行された特定健康診査受診票と健康保険証を持参して下さい。

- \* 個別健診には、レントゲンやがん検診は含まれていません。レントゲンやがん検診を希望される方は、集団健診を受診して下さい。

★平成24年度 各種がん検診・レントゲン等のご案内

がん検診およびレントゲンは、保険証の種類に関係なく受診することができます。

●胃がん検診(40歳以上の住民) 費用:1,000円

実施日	受付時間	会場
7月24日(火)	午前6時30分～8時30分	関田住民センター
7月25日(水)		原住村民センター
7月26日(木)		高山村保健福祉センター

●大腸がん検診(40歳以上の住民) 費用:500円

実施日	受付時間	会場
7月24日(火)	午前6時30分～9時30分	関田住民センター
7月25日(水)		原住村民センター
7月26日(木)		高山村保健福祉センター

●レントゲン(20歳以上の希望者) 費用:無料

実施日	受付時間	会場
7月24日(火)	午前6時30分～9時30分	関田住民センター
7月25日(水)		原住村民センター
7月26日(木)		高山村保健福祉センター

●ABC検診(20歳以上の住民) 費用:無料

実施日	受付時間	会場
7月24日(火)	午前7時30分～9時30分	関田住民センター
7月25日(水)		原住村民センター
7月26日(木)		高山村保健福祉センター

●前立腺がん検診(50歳以上の男性) 費用:500円

実施日	受付時間	会場
7月24日(火)	午前7時30分～9時30分	関田住民センター
7月25日(水)		原住村民センター
7月26日(木)		高山村保健福祉センター

●肝炎ウイルス検査(対象者については直接お問い合わせください) 費用:無料

実施日	受付時間	会場
7月24日(火)	午前7時30分～9時30分	関田住民センター
7月25日(水)		原住村民センター
7月26日(木)		高山村保健福祉センター

申し込みされていない方で、受診を希望される場合は当日直接会場へお越し下さい。

お問い合わせ先

高山村保健福祉センター 保健係 ☎0279-63-1311(代)

### 群馬県母と子のよい歯のコンクール地区審査会開催される

6月8日(金) 吾妻保健福祉事務所において、群馬県母と子のよい歯のコンクール地区審査会が開催されました。

高山村代表として丸山典子さん遼大君(写真)が出席して優秀賞を受賞されました。丸山さんは1日3回必ず歯みがきをし、朝晩の仕上げみがきの時は歯間ブラシを使って隅々まできれいにしています。おやつは1日1回と決め、チョコレートやアメなどむし歯になりやすい物を控えて元気な歯を維持しています。



乳幼児のいる  
ママ達へのお知らせ

のびのびサークル

日程 7月4日(水)  
時間 午前10時～11時  
30分

場所 保健センター

対象 幼児(入園前)と  
その保育者

連絡 2日までに申し  
込みにください。

し込みください。

すくすく・ぱくぱく教室

日程 7月13日(金)  
時間 午前10時～12時

場所 保健センター

対象 1歳くらいまで  
の児と保育者

内容 赤ちゃんのマッ  
サージや離乳食  
の試食

持ち物 バスタオル1枚

連絡 9日までに申し  
込みにください。

育児相談

随時実施。子どもの体  
重測定など相談希望者は、  
保健師へ連絡してからお  
出かけください。

### 毎月19日は食育の日です

#### ★食育について考えてみましょう★

食をめぐる環境の変化の中、子ども達が健全な心と身体を培い、健康を確保し生涯にわたって生き生きと暮らすことができるようにする事が大切です。

このため、食について正しい知識を身につけ、健全な食生活を送る力を育てる「食育」が必要になってきます。

家庭では、次のようなことに取り組み、食育を進めましょう。

- 早寝早起きを実践し、朝食を必ず食べましょう。
- 家族そろって食事を楽しみましょう。
- 望ましい作法や、マナー、食文化や食習慣を習得しましょう。
- 健全な食生活の実践して、バランスの取れた食事をしましょう。

- 食品を正しく選択できるよう、食の安全性に意識と関心を高めましょう。
- 食を大切にし、感謝と理解をする気持ちを持ちましょう。

食事は、心と体の栄養です。健康な体をつくるために、毎日の食事を大切にしましょう。



問い合わせ  
保健福祉センター  
☎63-1311

いぶき会館1階ロビーに「食育ライブラリー」を設置しました。ぜひ、ご利用下さい。

### 7月の当番医予定表

※診療時間は午前9時から午後5時までです。できるだけ時間内に受診して下さい。  
※急患のための当番医制度ですので、緊急患者以外の受診はご遠慮願います。  
※在宅待機のため、原則として往診は致しません。  
※専門外の疾患の場合は対応しかねることもあります。

日	科	内科	外科	休日夜間当番病院
1日(日)		吾妻さくら病院 中之条町(75)3055	西吾妻福祉病院 長野原町(83)7111	西吾妻福祉病院 長野原町(83)7111
8日(日)		小池医院 東吾妻町(67)2030	原町赤十字病院 東吾妻町(68)2711	原町赤十字病院 東吾妻町(68)2711
15日(日)		吾妻脳外科循環科 東吾妻町(68)5211	吾妻さくら病院 中之条町(75)3055	吾妻さくら病院 中之条町(75)3055
16日(月)		東吾妻町診療所 東吾妻町(59)3010	西吾妻福祉病院 長野原町(83)7111	西吾妻福祉病院 長野原町(83)7111
22日(日)		田島病院 中之条町(75)3350	原町赤十字病院 東吾妻町(68)2711	原町赤十字病院 東吾妻町(68)2711
29日(日)		四万診療所 中之条町(64)2136	吾妻さくら病院 中之条町(75)3055	吾妻さくら病院 中之条町(75)3055