

受診期限
あと3カ月

国保加入の40歳から74歳のみなさんへ
～ご存じでしたか？～

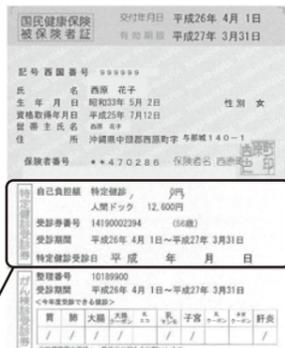
特定健診はお得なんです！

特定健診は町内の病院だけでしか受診できないと思っていませんか？実は、内科がある病院であれば、県内ほとんどの病院で受診できます！また、特定健診受診券を利用すると、健診費用(約7,000円)は役場が全額負担するため、**無料**で特定健診が受診できます。

まだ特定健診を受けていない方は、ぜひこの機会に受診してみませんか？特に働き盛りの40代、50代の多くの方は、忙しいから、健康だからという理由で健診を受けていません。

生活習慣病には自覚症状がありません。健康と感じている今だからこそ、年に1度は特定健診を受けて自分自身の健康状態を確認しましょう！

ここが受診券



これまでに特定健診の受診があった病院一覧(一部抜粋)

病院名(町内)	電話番号	病院名(町外)	電話番号
あいわクリニック	946-5558	あがりはまクリニック	882-0020
アドベンチストメディカルセンター	946-2844	今井内科医院	988-9946
玄米クリニック	944-6663	沖縄県健康づくり財団	889-6474
幸地クリニック	944-4165	具志堅循環器・内科	875-0007
しらかわ内科	944-3550	首里内科クリニック	979-5333
しんざと内科	946-5500	ながみね内科	882-0777
西原クリニック	946-3100	名嘉村クリニック	870-6600
ハートライフクリニック	882-0810	みなみ野クリニック	945-8811
ゆいゆい内科クリニック	946-0055	与那原中央病院	945-8108

特定健診とは…糖尿病、心臓病、脳卒中などの生活習慣病の原因となる内臓脂肪型肥満(メタボリックシンドローム)に着目した健診です。

検査項目 ……身体計測・血圧測定・血液検査・尿検査・診察・問診



【お問い合わせ】 福祉部健康推進課 保健予防係 ☎945-4791

保健事業カレンダー

月日	曜日	事業名	対象者	実施場所	受付時間
1月8日	木	3歳児健診	H23.8.11 生まれ～H23.9.22 生まれ	西原町保健センター(西原町役場)	13:30～14:15
1月11日	日	あがりティーダウォーキング	関心のある方	あがりティーダ公園	8:00～
1月14日	水	ベビースクールⅠ	H26.7.3 生まれ～H26.9.2 生まれ	西原町町民交流センター(西原町役場)	13:30～
1月21日	水	ベビースクールⅡ	H26.7.3 生まれ～H26.9.2 生まれ	西原町町民交流センター(西原町役場)	13:30～
1月22日	木	1歳半健診	H25.5.18 生まれ～H25.6.11 生まれ	西原町保健センター(西原町役場)	13:30～14:15
1月25日	日	乳児一般健診(午前)★	H26.2.24 生まれ～H26.3.23 生まれ	西原町保健センター(西原町役場)	9:00～9:45
1月25日	日	乳児一般健診(午後)	H26.8.16 生まれ～H26.9.17 生まれ	西原町保健センター(西原町役場)	13:00～13:45
1月29日	木	ベビースクールⅢ	H26.7.3 生まれ～H26.9.2 生まれ	西原町町民交流センター(西原町役場)	10:00～
2月5日	木	3歳児健診	H23.9.23 生まれ～H23.10.15 生まれ	西原町保健センター(西原町役場)	13:30～14:15
2月8日	日	あがりティーダウォーキング	関心のある方	あがりティーダ公園	8:00～

★生後9か月から11か月ごろのお子さんに絵本をプレゼントする「ブックスタート事業」を同時に実施しています。(対象者には個別で通知しています)

社会保険料を口座振替で納付された方へ

「納付証明書の郵送」のお知らせ



社会保険料(国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料)は、所得税の確定申告の際に控除の対象となり、その添付資料として「納付証明書」が必要となります。

この度、平成26年1月1日から12月31日までの間で1回でも口座振替で納付した方を対象に、1月中旬に「納付証明書」を送付します。2月からの確定申告にご活用ください。納付書払の方は「領収証書」、年金天引きの方は年金保険者から送付される「源泉徴収票」が、添付資料となります。

(※領収証書・源泉徴収票を紛失された方は、下記の窓口で発行申請を受付しています)

【窓口での発行申請における注意点】

- ①発行手数料として、1枚につき300円を要します。
- ②窓口に来庁される方は、印鑑と身分証明書(免許証等)を持参してください。
- ③別世帯の方が代理で申請する場合は、本人の委任状が必要となります。

【お問い合わせ】 福祉部健康推進課 国民健康保険係・後期高齢者医療保険係 ☎945-4791
福祉部介護支援課 介護支援係 ☎945-5013

保健師だより



ノロウイルスを知っていますか？

ノロウイルスは、急性胃腸炎を引き起こすウイルスです。一年を通して発生していますが、特に冬季に流行します。手指や食品(特に二枚貝など)を介して経口で感染し、ヒトの腸管で増殖し、おう吐、下痢、腹痛などを起こします。健康な方は軽症で回復しますが、子どもやお年寄りなどは重症化したり、おう吐物を誤って気道に詰まらせることがあるので注意が必要です。

ノロウイルスに感染してしまったら

ノロウイルスに効果のある抗ウイルス剤はありません。このため、通常は対症療法が行われます。特に体力の弱い乳幼児や高齢者は、脱水症状を起こしたり体力を消耗したりしないように、水分と栄養の補給を十分に行いましょう。下痢止め薬は、病気の回復を遅らせることがあるので注意が必要です。

ノロウイルスの予防対策

- ・食事の前やトイレの後などには、必ず手を洗いましょう。
- ・下痢やおう吐等の症状がある方は、食品を直接取り扱う作業をしないようにしましょう。
- ・胃腸炎患者に接する方は、患者の便や吐物を適切に処理し、感染を広げないようにしましょう。
- ・特に、子どもやお年寄りなど抵抗力の弱い方は、加熱が必要な食品は中心部までしっかり加熱してください。また、調理器具等は使用後に洗浄、殺菌しましょう。

