

毎年、健診を受けていますか？

～40歳から75歳未満の方は特定健診の対象です～

特定健診は、生活習慣病になる前に異常を発見し、生活改善などで予防することを目的としています。

■ 毎年健診を受けてこそ、生活習慣病を予防できるのです

健診による健康管理が決め手！ 毎年受けていれば、異常値に近づいているなどの変化を発見でき、発病や悪化を防ぐことができます。

■ 健診後のサポートが受けられます

健診は生活習慣を見直すチャンス！ あなたに合った健康づくりの方法を保健師・管理栄養士と一緒に考えます。



■ 特定健診を受けないと、どうなるの？

健康状態がチェックできない！ 生活習慣病やその合併症にかかる、医療費は増えてしまいます。現在治療中の方も、検査項目は異なるので、特定健診の対象です。

■ 平成24年度から特定健診受診券を送付

国民健康保険加入の特定健診対象者には、平成24年度から「特定健診受診券」を送付いたします。特定健診を受診の際に必ずご持参ください。国民健康保険以外の保険にご加入の方は、特定健診について所属の保険組合にお問い合わせください。

■ 鹿追町の特定健診受診率の目標は65%！

特定健診受診率の目標達成状況により、場合によっては皆さまの支払う保険料が増えるかもしれません。

巡回健康バス一般開放日は 3月1日(木)です

巡回健康バス一般開放日は3月1日(木)午前10時から午後4時までです。脳のトレーニングや体脂肪を測る機器などがありますので、ご利用希望の方はトリムセンター事務所に声を掛けてください。



☆お知らせ☆ 母子手帳発行の際には 事前に電話予約をお願いします

トリムセンターでは随時母子手帳の発行を行っていますが、保健師が不在になったり、健診などですぐに対応できず、お待ちいただく場合があります。事前に、トリムセンター（☎66-1311）までお電話ください。

麻しん・風しん混合ワクチン 予防接種を受けましょう (MRワクチン)



麻しんの定期予防接種は、生後12カ月から24カ月未満（第1期）と、小学校に入学する前の幼児（第2期）の2回接種することとなっています。

なお、お子さんの接種歴については、母子健康手帳をご確認ください。

対象者は次のとおりです。

	平成23年度 対象者	平成24年度 対象者
第1期	1歳のうちに 平成22年4月2日～平成23年4月1日生	1歳になったら 平成23年4月2日～平成24年4月1日生
第2期	小学校入学前に 平成17年4月2日～平成18年4月1日生	小学校入学前に 平成18年4月2日～平成19年4月1日生
第3期	中学1年生のうちに 平成10年4月2日～平成11年4月1日生	中学1年生になったら 平成11年4月2日～平成12年4月1日生
第4期	高校3年生のうちに 平成5年4月2日～平成6年4月1日生	高校3年生になったら 平成6年4月2日～平成7年4月1日生

※上記の年齢の方は、鹿追町国民健康保険病院（毎週水曜日午後1時30分～4時00分）で予防接種を受けましょう。

※1週間以上前に予約が必要となります。

※24年度の第2期～第4期の対象者は4月～6月の接種が望ましい時期です。



麻しん・風しんは、感染力が強く、重症化すると肺炎や気管支炎、脳炎などの合併症を起こすことがあります。

【定期接種について】

- 麻しんの予防接種は、小学校入学後や大学等への進学後にも受けることはできますが、一般に麻しんの予防接種を受ける場合、1～2万円程度の費用がかかります。
- 上記（第1期・第2期・第3期・第4期）の対象者については、定期予防接種として全額費用を負担していますが、上記以外の年齢で予防接種を受けた場合費用は自己負担となります。
- ぜひ、定期接種の対象期のうちに予防接種を受けましょう。