

事業名		予 約	健診(検診)日	対 象	費 用
集団健診	後期高齢者健診	8月31日(水) ～9月5日(月) ※土日を除く	9月6日(火) ～9月8日(木)	後期高齢者医療保険加入者 ※対象の方には8月中旬に保険課より受診券を送付します。	無料
	特定健康診査	12月末まで	対象:39歳～74歳の方で町国民健康保険に加入している方 持ち物:保険証・受診券 ※対象の方には5月中旬に保険課より受診券が送付されています。	無料	杉山医院 N.キッズレディースクリニック とよ山内科クリニック わかばファミリークリニック
後期高齢者健診	後期高齢者医療保険加入者 持ち物:保険証・受診券・問診票 ※対象の方には8月中旬に保険課より受診券を送付します		無料		
大腸がん検診	40歳以上の方 持ち物:保険証・印鑑		300円		
肺がん検診			無料		
前立腺がん検診	50歳以上の男性 持ち物:保険証・印鑑		400円		
個別健診(指定医療機関で予約・受診)	子宮がん検診	平成29年3月31日(金)まで	対象:20歳以上の女性 持ち物:保険証・印鑑	頸部1,300円 体部 800円 ※HPV(ヒトパピローマウイルス)検査(30歳～40歳の方):無料 ※体部検査は医師が必要と認めた方のみ	小林産婦人科 師勝産婦人科 N.キッズレディースクリニック ※N.キッズレディースクリニックは8月6日(土)、8月20日(土) 午前10時～午前11時30分のみ実施
	※N.キッズレディースクリニックは要予約				
	骨粗しょう症検診	平成29年3月31日(金)まで	対象:30歳～70歳の女性 持ち物:保険証・印鑑	400円	N.キッズレディースクリニック
<p>※対象年齢は平成28年4月1日現在の年齢です。70歳以上の方は検診料が無料です。 ※町障害者医療受給者、住民税非課税の方は検診料が無料です。対象の方で検診を受ける場合は事前に保健センターにお越しください。</p>					

○高齢者の健康

事業名	と き	対 象	と ころ
健康ほっとサロン	8月9日(火)、23日(火) 午後2時～午後3時	60歳以上の方	総合福祉センターひまわり
	予約不要 8月17日(水) 午後1時30分～午後2時30分	60歳以上の方	総合福祉センターしいの木
うたごえクラブ	8月18日(木) 午前10時～午前11時	60歳以上の方	総合福祉センターさざんか 問合せ 総合福祉センター さざんか 28・2088
認知症介護者のつどい	8月25日(木) 午後1時30分～午後3時	初期の認知症の方を介護しているご家族	地域包括支援センター
	要 予 約		

包括支援センター だより

～熱中症にご注意を～

熱中症は気温などの環境条件だけでなく、人間の体調や暑さに対する慣れなどが影響して起こります。気温がそれほど高くない日でも、湿度が高い・風が弱い日や、体が暑さに慣れていない時は注意が必要です。

熱中症患者のおよそ半数は高齢者です。高齢者の割合の多い理由として、以下の3点があります。

- ①高齢者は若年者よりも体内の水分量がもともと少ないため、体内の水分が不足しがちなため
- ②暑さに対する感覚機能が低下しており、暑さやのどの渇きに対する感覚が鈍くなっているため

③暑さに対する体の調節機能が低下しており、体が熱がたまりやすく、若年者よりも循環器系への負担が大きくなるため

熱中症を予防するためには、のどが渇かなくても水分補給を行ってください。汗をかいたときは、適度な塩分補給も必要です。また、熱中症は室内でも多く発生しています。室内の見やすい場所に温度計を置き、温度が上がったらエアコンをつけるなどの暑さ対策をしてください。

問合せ 地域包括支援センター 28・0932