

健康 応援 スケジュール

おとな

集団健診

健康推進課（金屋庁舎）
清水行政局住民福祉室

令和3年1月13日（水）

8:00～9:00 金屋文化保健センター

特定・胃・大腸・胸部・乳房

令和3年1月31日（日）

8:00～9:00 きびドーム

特定・胃・大腸・胸部・乳房

集団健診は
事前に申し込みが必要です！

申し込みは健康推進課（金屋庁舎）ま
たは清水行政局住民福祉室まで。



健康相談

健康推進課（金屋庁舎）
清水行政局住民福祉室

11月4日（水）、12月2日（水）

■場所／金屋文化保健センター

実施時間

9:00～11:00

健診結果説明会

健康推進課（金屋庁舎）

11月27日（金）13:30～ 清水保健センター

■内容／健康体操指導者 新田佐津紀氏による
運動の体験

「体の不調改善体操 ～家でもできる簡単運動～」

※申し込みが必要です。

健康推進課までご連絡ください。

こども

子どもの健康相談

健康推進課（金屋庁舎）
清水行政局住民福祉室

11月2日（月）清水保健センター

11月5日（木）金屋文化保健センター

11月12日（木）金屋文化保健センター

11月19日（木）金屋文化保健センター

12月3日（木）金屋文化保健センター

12月7日（月）清水保健センター

実施時間
9:00～
11:00

乳幼児健診

健康推進課（金屋庁舎）

4カ月児健診 [令和2年（2020年）7月生まれ]

11月24日（火）13:00～13:15

10カ月児健診 [令和元年（2019年）12月生まれ]

11月10日（火）12:30～12:45

1歳6カ月児健診 [平成31年（2019年）3月生まれ]

11月18日（水）12:45～13:00

2歳児健診 [平成30年（2018年）8月生まれ]

11月25日（水）12:45～13:00

3歳6カ月児健診 [平成29年（2017年）4月生まれ]

11月11日（水）12:45～13:00

■場所／金屋文化保健センター

あなたの健康を支える「国民健康保険」

医療費状況（令和2年（2020年）9月）

加入者数	7,673人
支払額	3億1,016万円
1人当たりの医療費	4万423円 (前年同月3万9,815円)
令和元年度（2019年度） 1人当たりの医療費	3万8,587円／月 46万3,045円／年

医療費が増えると、自己負担額や国保税の増加につながります。私たちのちょっとした心がけで、その増加を止めることができます。

<私たちにできること>

1. お医者さんのかかり方を見直しましょう
(重複・頻回受診などは、なるべく避けましょう)
2. 休日・時間外受診はできるだけ避けましょう
3. 薬は上手に飲みましょう
(ジェネリック医薬品について検討してみましょう)
4. 健康診断を受けましょう