

## おとな

## こども

## 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4年1月19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4年1月30日（日）

8:00～9:00 きび保健福祉センター  
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。

健康推進課（金屋庁舎）または清水行政局住民福祉室でお申し込みください。

## 運動教室

健康推進課（金屋庁舎）

12月2日（木）

令和4年1月6日（木）

■場所／きび保健福祉センター

実施時間  
19:30～  
20:30

## 健康相談

健康推進課（金屋庁舎）

12月1日（水）

令和4年1月5日（水）

■場所／金屋文化保健センター

12月3日（金）

■場所／清水保健センター

実施時間  
9:00～  
11:00

## 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

12月2日（木）金屋文化保健センター

12月6日（月）清水保健センター

12月9日（木）金屋文化保健センター

12月16日（木）金屋文化保健センター

令和4年1月6日（木）金屋文化保健センター

令和4年1月13日（木）金屋文化保健センター

※清水保健センターでは、10:30頃から

保育士による育児サロンも併せて行います。

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3年（2021年）8月生まれ]

12月21日（火）13:00～13:15

10カ月児健診 [令和3年（2021年）1月生まれ]

12月7日（火）12:30～12:45

1歳6カ月児健診 [令和2年（2020年）4月生まれ]

12月15日（水）12:45～13:00

2歳児健診 [令和元年（2019年）9月生まれ]

12月22日（水）12:45～13:00

3歳6カ月児健診 [平成30年（2018年）5月生まれ]

12月8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3年（2021年）10月）

|                            |                            |
|----------------------------|----------------------------|
| 加入者数                       | 7,500人                     |
| 支払額                        | 3億1,968万円                  |
| 1人当たりの医療費                  | 4万2,624円<br>(前年同月3万6,473円) |
| 令和2年度（2020年度）<br>1人当たりの医療費 | 3万7,372円／月<br>44万8,464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。

## &lt;私たちにできること&gt;

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