

## 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

4月20日（火）

8:00～ 8:30 旧北小学校

特定・胃・大腸・胸部・乳房

9:30～ 10:00 西ヶ峯コミュニティセンター

特定・胃・大腸・胸部・乳房

4月23日（金）

8:00～ 8:30 境川コミュニティセンター

特定・胃・大腸・胸部

9:30～ 10:00 日物川コミュニティセンター

特定・胃・大腸・胸部

令和2年度（2020年度）の  
集団健診の日程は、  
次のページでご確認ください。



## 健康相談

健康推進課（金屋庁舎）  
清水行政局住民福祉室

保健師による血圧測定や健診後の相談などができます。

4月7日（水）「一般健康相談」

■場所／金屋文化保健センター

実施時間  
9:00～  
11:00

## 運動教室

健康推進課（金屋庁舎）

4月1日（木）、5月6日（木）

■場所／きび保健福祉センター

実施時間  
19:30～  
20:30

## 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

4月1日（木）金屋文化保健センター

4月5日（月）清水保健センター

4月8日（木）金屋文化保健センター

4月15日（木）金屋文化保健センター

5月6日（木）金屋文化保健センター

5月10日（月）清水保健センター

※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2年（2020年）12月生まれ]

4月27日（火）13:00～13:15

10カ月児健診 [令和2年（2020年）5月生まれ]

4月6日（火）12:30～12:45

1歳6カ月児健診 [令和元年（2019年）8月生まれ]

4月21日（水）12:45～13:00

2歳児健診 [平成31年（2019年）1月生まれ]

4月28日（水）12:45～13:00

3歳6カ月児健診 [平成29年（2017年）9月生まれ]

4月14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）2月）

加入者数	7,590人
支払額	2億9,915万円
1人当たりの医療費	3万9,414円 (前年同月3万7,766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。

## &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