

# 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

5月7日（金）

8:00～ 8:30 旧粟生小学校  
特定・胃・大腸・胸部・乳房  
9:30～ 10:00 五郷生活改善センター  
特定・胃・大腸・胸部・乳房

5月16日（日）

8:00～ 9:00 金屋文化保健センター  
特定・胃・大腸・胸部・乳房・子宮

5月18日（火）

8:00～ 8:30 楠本区民センター  
特定・大腸・胸部  
9:30～ 10:00 東大谷生活改善センター  
特定・大腸・胸部

5月23日（日）

8:00～ 9:00 きびドーム  
特定・胃・大腸・胸部・乳房

5月30日（日）

8:00～ 9:00 清水保健センター  
特定・胃・大腸・胸部・乳房・子宮

### 運動教室

健康推進課（金屋庁舎）

5月6日（木）、6月3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

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

5月13日（木）金屋文化保健センター

5月20日（木）金屋文化保健センター

6月3日（木）金屋文化保健センター

6月7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3年（2021年）1月生まれ]

5月25日（火）13:00～13:15

10カ月児健診 [令和2年（2020年）6月生まれ]

5月11日（火）12:30～12:45

1歳6カ月児健診 [令和元年（2019年）9月生まれ]

5月19日（水）12:45～13:00

2歳児健診 [平成31年（2019年）2月生まれ]

5月26日（水）12:45～13:00

3歳6カ月児健診 [平成29年（2017年）10月生まれ]

5月12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）3月）

加入者数	7,567人
支払額	2億9,990万円
1人当たりの医療費	3万9,633円 (前年同月3万8,855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