

健康

応援

スケジュール

大人

問い合わせ ☎ 52-2111

こども

集団健診

金屋庁舎健康推進課
清水行政局住民福祉室

1月16日(水)

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

1月27日(日)

8:00 ~ 9:00 きびドーム
特定・胃・大腸・胸部・前立腺・乳房

2月17日(日)

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

集団健診は

事前に申し込みが必要です！

お申し込みは金屋庁舎健康推進課
または清水行政局住民福祉室まで。
また、年齢・医療保険の種類によっ
て受診できる内容が異なります。

健康相談

金屋庁舎健康推進課
清水行政局住民福祉室

2月6日(水)

※平成31年1月はお休み

実施時間
9:00~
11:00

■場所／金屋文化保健センター

健診を受けたあとは、結果を
踏まえて生活習慣を見直しまし
ょう。健康相談では、保健師や栄養士が
健康・食事などの相談にのります！

子どもの健康相談

金屋庁舎健康推進課
清水行政局住民福祉室

1月7日(月) 清水保健センター

1月10日(木) 金屋文化保健センター

1月17日(木) 金屋文化保健センター

1月24日(木) 金屋文化保健センター

2月4日(月) 清水保健センター

2月7日(木) 金屋文化保健センター

※1月3日(木) は閉庁期間に伴ってお休み

実施時間
9:00~
11:00

乳幼児健診

金屋庁舎健康推進課

4カ月児健診 [平成30年9月生まれ]

1月22日(火) 13:00 ~ 13:15

10カ月児健診 [平成30年2月生まれ]

1月8日(火) 12:30 ~ 12:45

1歳6カ月児健診 [平成29年5月生まれ]

1月16日(水) 12:45 ~ 13:00

2歳児健診 [平成28年10月生まれ]

1月23日(水) 12:45 ~ 13:00

3歳6カ月児健診 [平成27年6月生まれ]

1月9日(水) 12:45 ~ 13:00

■場所／金屋文化保健センター

育児サロン

清水行政局住民福祉室

1月7日(月)・2月4日(月)

実施時間
9:00~
11:00

■場所／清水保健センター

◆あなたの健康を支える「国民健康保険」

医療費状況(平成30年11月)

加入者数	7,999人
支払額	2億8,641万円
1人当たりの医療費	3万5,805円 (前年同月 4万2,657円)
29年度1人当たりの医療費(月)	4万1,943円
29年度1人当たりの医療費(年)	50万3,319円

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