

健康

応援

スケジュール

大人

問い合わせ ☎ 52-2111

子ども

集団健診

金屋庁舎健康推進課
清水行政局住民福祉室

4月以降の日程は、来月号の広報ありだがわでお知らせします。

健康相談

金屋庁舎健康推進課
清水行政局住民福祉室

3月6日(水)・4月3日(水)

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！



有田川町

家庭支援総合センター

金屋庁舎健康推進課内

「子どもとの接し方が分からない」「これってDV?」「社会に出るのがこわい」…。こんなこと『だれに』『どこに』相談すればいいのか分からない。

そんな時、まず当センターに相談してください。

あなたの悩み・困りごとに寄り添いながら、センターの相談員がゆっくりお話を伺います。その上で、これからの方向性を一緒に考えましょう。

相談は電話・センター窓口で受け付けます。

☎ 32-9762 (直通・秘密厳守)



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

- 3月4日(月) 清水保健センター
- 3月7日(木) 金屋文化保健センター
- 3月14日(木) 金屋文化保健センター
- 3月28日(木) 金屋文化保健センター
- 4月4日(木) 金屋文化保健センター
- 4月8日(月) 清水保健センター

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11月生まれ]
3月26日(火) 13:00～13:15
- 10カ月児健診 [平成30年4月生まれ]
3月5日(火) 12:30～12:45
- 1歳6カ月児健診 [平成29年7月生まれ]
3月20日(水) 12:45～13:00
- 2歳児健診 [平成28年12月生まれ]
3月27日(水) 12:45～13:00
- 3歳6カ月児健診 [平成27年8月生まれ]
3月13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

3月4日(月)・4月8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31年1月)

加入者数	7,971人
支払額	2億7,628万円
1人当たりの医療費	3万4,661円 (前年同月 4万3,804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