

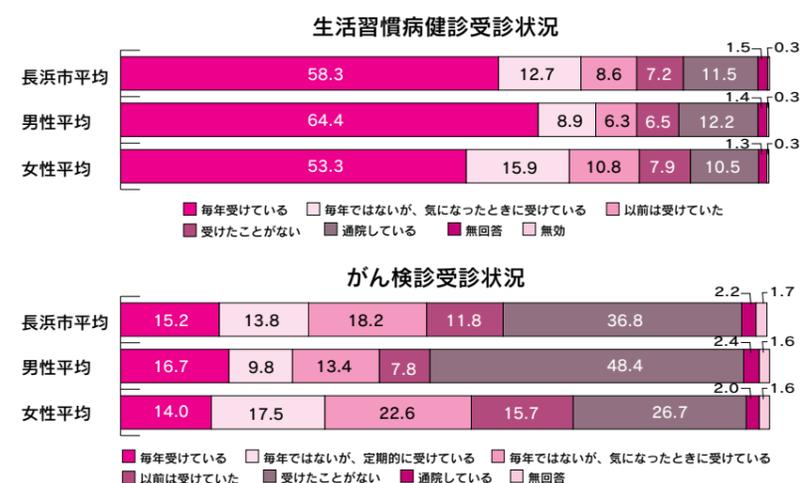
がん検診の定期受診 3人に1人

—あなたは受けていますか—

市民の皆さんの健康状況を知るため、平成24年3月～4月に健康意識調査を実施しました。30歳～70歳の市民2,500人に調査をお願いしたところ、1,477人から回答をいただきました。(回答率59・1%)

この調査結果の中から健康指標となるものの内2つを紹介します。

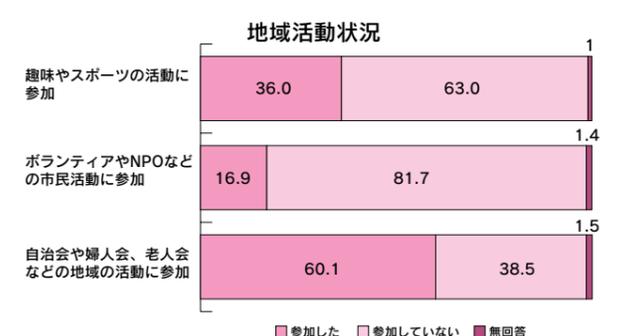
1. 健診(検診)の受診状況



職場などで受診する人を含め、生活習慣病健診を毎年受けている人は約58%、がん検診を定期的(検診)に受けている人は約29%で、市内の健診(検診)受診率は県全体と比べて低い傾向にあることがわかりました。

健診(検診)で、健康状態をチェックすることで、生活習慣病になるリスクを減らすことができず、また、病気が早期に発見すればするほど、完治する可能性が高くなります。健診(検診)を上手に活用して、健康づくりに役立ててください。

2. 地域活動状況



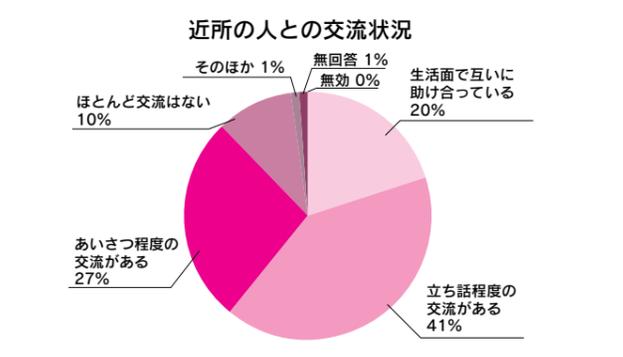
自治会や趣味・ボランティアの組織などに所属し、活動している人は、死亡率が低い、日常動作能力が維持される、自己評価が高いといった傾向があります。

直近の1年間について伺った今回の調査では、自治会や老人会等、地域の組織に参加している人が約60%と最も多く、ボランティア等の市民活動に参加している人は約17%にとどまりました。

また、人との交流が少なく、また、「閉じこもり」という状態になり、からだや心を働かせる機会が少ない不健康な状態と言われています。

調査では、約10%の人がほとんど交流は無いと回答しています。また、逆に生活面で助け合う社会的なサポート体制がある人は約20%でした。

地域活動や、近所づきあいは、人によっては、こころや経済的な負担となつて逆に健康を害してしまう場合もあります。人との繋がりの良い面を最大限に生かせるように工夫しながら健康な状況を創っていくことが必要です。



その他の結果は市ホームページに掲載しています。

健康推進課 (☎65-7779)



国民健康保険からのお知らせ

▼4月からは新しい保険証で受診を

4月1日から使用できる新しい保険証(ピンク色)を、3月上旬から、「簡易書留郵便」で各家庭に送付します。現在お持ちの3月末日限の保険証(紫色)は、4月以降に各自で処分してください。

※保険証は住民票の住所に郵送します。転送できませんのでご注意ください。

※後期高齢者医療制度の保険証の有効期限は7月31日です。新しい保険証は7月に郵送します。

▼社会保険に加入したら国保資格の喪失を

勤務先の健康保険等に加入した場合(または被扶養者の認定を受けた場合)は、国民健康保険の資格喪失手続きが必要です。会社等から交付された新しい保険証と、国民健康保険の保険証の両方を持って、保険医療課または北部振興局・各支所福祉生活課で手続きしてください。

自動喪失にはなりませんのでご注意ください。

▼高齢受給者証をお持ちの人へ

70歳～74歳の人にお渡ししている「高齢受給者証(薄だいい色)」のうち、4月から個人の負担割合が1割から2割になると表示されている受給者証をお持ちの人には、3月中に「有効期限(7月末)まで1割負担」と表示された高齢受給者証を郵送します。

これは、2割を1割とする国の特例措置が4月以降も延長されたためです。

新しい受給者証を受け取ったら、現在お持ちの受給者証は各自で処分してください。

※現役並所得との判定により3割の自己負担の受給者証をお持ちの人は、そのまま変わりません。

印刷と封入作業の都合により保険証と高齢受給者証は別々に郵送します。

問 保険医療課 (☎65-6512) 北部振興局・各支所福祉生活課

ゆカード粗品が廃止になります

国民健康保険では、「ゆカード」にスタンプを集めて提出した人に粗品を贈呈していますが、4月1日から廃止することになりました。これは国民健康保険制度における財政状況や、他の医療保険制度との公平性を考慮したものです。

スタンプが満杯になった「ゆカード」をお持ちの人は、3月末日までに保険医療課または北部振興局・各支所福祉生活課窓口までお持ちください。

なお、温泉利用時の優待割引は引き続き実施しますので利用ください。



問 保険医療課 (☎65-6512)

「知っていますか?ながはまの健康づくりの宝物」
～市民1万人の健康調査からわかること～
(ながはま0次コホート事業)

事業の経過報告会です。

【とき】3月23日(土) 13時30分～
 【ところ】長浜市勤労者総合福祉センター 臨湖(港町)

問 NPO法人 健康づくり0次クラブ (☎50-3191)

参加費 申込不要

健康教室

【とき】3月7日(木) 13時30分～
 【ところ】保健センター宮司分室 (宮司町)
 【テーマ】「うつとうつ病」
 【講師】つつみクリニック院長 堤学先生

問 湖北医師会 (☎65-3600)

参加費 申込不要