国保だより

KOKUHODAYORI

集団検診は受けられましたか？

個別検診も受けられます！

早期発見、早期治療が大切です

市の集団検診は5月30日から始まっています。できるだけ期間内に検診を受けてください。期間を過ぎてしまったり、受けられないという場合は、個別検診も受けられます。

個別検診とは、病院で検診を受けることです。集団検診の場合と同じように40歳から74歳までの方の場合は、国民健康保険被保険者証と受診録が必要です。

生活習慣病は自覚症状がないことが多く、検診により早期に発見することができますので、検診は必ず受けましょう。

国民健康保険財政安定のために

国民健康保険税の税率は、歳入と歳出の均衡を保つ目的で単年度ごとに設定されるため、保険給付費（歳出）の変動と密接に関係しています。医療費が増えると保険税も値上げをしなければならなくなり、家計への負担も大きくなります。

生活習慣病の予防や、重複受診、時間外受診などを避けることで、医療費の増加に歯止めがかかれば、加入者皆さんの負担を抑えながら、国保制度の安定した運営をすることができます。

医療費にも関心をもち、次のポイントを参考に、医療費の節約にご協力ください。

○重複受診や転医を控えましょう。

同じ診察、検査などの繰り返しは医療費のムダ遣いになります。

○時間外・休日受診はなるべく避けましょう。

急病などやむを得ない場合を除いては、診療時間内に受診しましょう。診療時間外の受診は割増料金がかかります。

○治療に支障がなければ、ジェネリック医薬品を使いましょう。

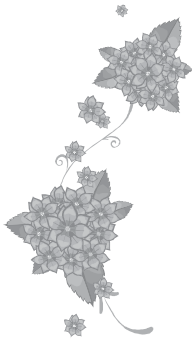
先進医薬品と同じ成分、薬効で価格が安く、病院等の窓口負担の軽減になります。

◆問い合わせ先

市民課　国保年金係

☎33－1111

（内線125～127）



ふくしま就職応援センターからのお知らせ

福島県では、求職者の就職を応援するために、県内５カ所（郡山、白河、会津若松、南相馬、いわき）に無料の就労支援施設を設置しています。就職活動に関する相談を選任の相談員が親身になって対応します。お気軽にお問い合せください。（ご利用は無料。一般社会人から学生の方も利用できます。）

ふくしま就職応援センター・郡山窓口

■所　　在　〒963-8002　郡山市駅前1-14-2　郡山花椿ビル８階
■電　　話　０２４－９２５－０８１１
■開館日時　月曜日～土曜日　午前10時～午後７時
※休館日：日曜日・祝日・年末年始(12月29日～１月３日)

大腸がん検診を受けましょう

大腸がんは、かつて日本では少ないがんとされていましたが、戦後から急速に増えたがんのひとつです。大腸がんにかかる人は、30年で約６倍近くに増え、死亡者数はがん全体の中で３位、女性では１位となっています。

年齢とともにかかりやすくなりますので、定期的に検診を受けることが大切です。

検診の方法について

大腸がんは簡単な便潜血検査で調べることができます。

便潜血検査は、大腸からの出血が便に混じっていないかどうかを調べ、「大腸がん」のリスクがある人を判別する検査です。

便潜血検査で「陽性」と判定されたからといって「がん」とは限りませんが、何らかの疾患の疑いがあります。「陽性」判断されたら必ず精密検査（大腸内視鏡検査）を受けましょう。

大腸がんは進行するまでほとんど自覚症状がありませんが、早期発見、早期治療すれば90パーセント以上完治します。早期の大腸がんは検診で発見される場合が多くなっています。「時間がない」「出血は痔が原因だ」「病気が見つかるのが怖い」など様々な理由で便潜血検査を受けない方がいますが、大腸がんの早期発見につなげるために、便潜血検査を受けましょう。

■問い合わせ先

保健課　健康増進係

（えぽか内）☎63－2780

集団検診について

５月30日㈬から６月23日㈯まで、集団検診を実施しています。

大腸がん検診は、30歳以上の方が対象です。今年度から、料金も100円になり受けやすくなりました。（70歳以上の方は無料です）

まだ申し込みをしていない方で、検診を希望する場合は、保健課（えぽか内）へご相談ください。

今年度中に41歳・46歳・51歳・56歳・61歳になる方に、今年から大腸がん無料クーポン券を配布します。

該当する方には、無料クーポン券と採便容器を郵送していますので、検診を受けたことがない方も、ぜひこの機会にお受けください。

なお、無料クーポン券が使用できるのは、集団検診のみですので、集団検診の期間中（６月23日まで）に検査を受けてください。

検診を希望しない方は、ご面倒でも、採便容器を保健課（えぽか２階）へ返却してください。

歯っぴーかむかむ健康フェア2012

安達歯科医師会主催の健康フェアを開催します。歯科医師や歯科衛生士の相談コーナー、フッ素洗口体験コーナー、介護の口腔ケアコーナーのほか、くじ引きなど盛りだくさんです。

この機会にご自分の歯・口腔の健康を見直してみませんか。

みなさんお誘い合わせの上、ぜひお越しください。

日時：６月10日(日)
午前９時30分～午後２時
場所：えぽか

健康講話

「だ液の神秘とそのパワー」午前11時～
奥羽大学歯学部准教授　中川敏浩先生

■問い合わせ先　保健課　健康増進係（えぽか内）　☎６３－２７８０