

7月から個別健診が始まりました。

- 7月～12月の期間で個別健康診査を実施しています。
- 対象年齢、健診項目等については下記のとおりです。
- 町に申し込む必要はありませんので、直接医療機関にお問い合わせください。
- 受診の際は、6月下旬にお送りした健康診査受診券(水色)を忘れずにご持参ください。

健診項目	特定健診	75歳以上個別健診	がん個別検診 (胃・肺・大腸・前立腺)	子宮がん個別検診
健診内容	問診、腹囲測定、身体計測、血圧、血液検査、尿検査、心電図など	問診、身体計測、血圧、血液検査、尿検査、心電図など(腹囲測定を除く)	胃がん検診は、バリウム検査または内視鏡検査の選択ができます。	子宮頸部がん検診 子宮体部がん検診 (※①)
対象者 (H23.3.31の年齢です)	40～74歳の 国民健康保険加入者	75歳以上	40歳以上 (前立腺は50歳以上男性)	20歳以上の女性
費用	200円	無料	胃:2,200円 大腸:600円 肺レントゲン:1,300円 前立腺:400円	子宮頸部:1,600円 子宮体部:3,100円
医療機関	下記の指定医療機関(町内)で受診できます。			宇都宮市内の 指定医療機関(※②)
実施期間	平成22年7月1日～平成22年12月31日			
申込み方法	町に申し込む必要はありません。直接医療機関に連絡してお申し込みください。			
持参するもの	受診券(6月下旬に町から一斉交付)及び健康保険証			
その他	各種健診実施日および時間は、各医療機関により異なりますので、直接医療機関にご確認ください。			

個別健康診査実施医療機関

医院名(50音順)	電話番号	医院名(50音順)	電話番号
石川医院	52-0100	藤沼医院	53-7105
小口内科小児科医院	56-2109	本郷台医院	57-1623
新上三川病院	56-7111	やの小児科医院	56-0280
せんば医院	55-1500	山崎医院	56-0211
竹澤内科医院	56-7007	やまだ脳神経外科クリニック	55-1340

- ※①子宮体部がん検診は、「最近6ヶ月以内に不正出血があった方」で1.50歳以上、2.閉経した、3.月経不規則のいずれかに該当する方が対象です。
- ※②子宮がん個別検診の医療機関については、健康カレンダー13ページまたは町ホームページでご確認ください。

集団健診のお申し込みをされていない方へ

○集団健診について、下記の日程は定員にまだ空きがあります。まだお申し込みをされていない方で集団健診ご希望の方は、お電話で保険課までお申し込みください。

日にち	会場	健診項目			
10月 8日(金)	農村環境改善センター	特定健診 (40～74歳の国民健康保険加入者)	乳がん検診(30歳以上女性)		
10月12日(火)	いきいきプラザ	肺がん検診 胃がん検診 大腸がん検診 前立腺がん検診(50歳以上男性)	子宮がん検診(20歳以上女性)		
10月15日(金)	いきいきプラザ		40歳以上 骨粗鬆症検診 (40,45,50,55,60,65,70歳女性)		
10月18日(月)	いきいきプラザ			肝炎ウイルス検診(40歳以上の男女)	
11月21日(日)	いきいきプラザ				<年齢はH23.3.31時点です。>
11月25日(木)	いきいきプラザ				
11月27日(土)	いきいきプラザ				

▼問い合わせ先=保険課 健康診査担当 ☎(56) 9129

国民年金

「保険料免除制度」をご利用ください

前年の所得が一定以下の場合、申請手続きによって承認されると、国民年金保険料の全額又は一部が免除されます。それぞれの免除には所得制限があり、基準は世帯の構成人数等状況により異なります。

国民年金保険料の一部を免除する一部納付制度の適用を受けても、納付すべき一部保険料を納付されない場合、免除の期間とはならず未納期間となります。未納期間があると障がいや死亡といった不慮の事態が生じた場合に、年金を受け取る事ができなくなる場合がありますので、ご注意ください。

	所得基準	月々の保険料	保険料を全額納付した場合と比較した年金額
全額免除	(扶養親族の数+1)×35万円+22万円	全額が免除	1/2
1/4納付	78万円+(扶養親族等控除額+社会保険料控除額等)	3,780円	5/8
半額納付	118万円+(扶養親族等控除額+社会保険料控除額等)	7,550円	3/4
3/4納付	158万円+(扶養親族等控除額+社会保険料控除額等)	11,330円	7/8

▼受付日 7月1日(木)

▼免除承認期間 平成22年7月～平成23年6月分

▼必要なもの

- ・印かん
- ・代理申請の場合は運転免許証など
- ・離職による免除を希望の場合は離職票又は雇用保険受給資格者証

全額免除又は若年者納付猶予の承認を受けられた方

国民年金保険料の免除申請の手続きが簡素化され、翌年度以降も引き続き免除又は猶予の申請を希望される場合は、申請書の提出が不要になります。

※失業を理由とした全額免除申請及び若年者納付猶予、もしくは一部免除申請の場合は、毎年の申請が必要になりますのでご注意ください。

▼問い合わせ先

保険課 国保年金係

☎ 9134

宇都宮西年金事務所

☎ 028(622)4222



エプロン教室のお知らせ

いつまでもいきいきと元気に過ごせるように、町では「介護予防教室」を実施しています。9月に下表の日程で、栄養に関する介護予防教室「エプロン教室」を開催します。

「食べること」は毎日の生活の中でも楽しみのひとつ。仲間と集まりワイワイにぎやかに料理をして、楽しい時間を過ごしませんか？料理の経験の無い男性の参加、大歓迎です。

- ▼対象＝おおむね65歳以上の方
- ▼内容＝栄養講話、調理実習、会食
- ▼参加費＝100円
- ▼日程、場所、申込先＝右表の通り
- ▼問い合わせ先＝
保険課 高齢者支援係
☎ 56 9129

日にち	場所	参加申し込み先
9月 2日(木)	明治コミュニティセンター	在宅介護支援センター トータスホーム ☎ 52 2220
9月15日(水)	多功コミュニティセンター	
9月22日(水)	上三川いきいきプラザ(栄養指導室)	
9月24日(金)	石田コミュニティセンター	