

Health 保健だより



水沢保健センター(☎②4511)、江刺総合支所健康福祉課(☎⑤2111)、前沢総合支所健康福祉課(☎⑥2111)、健康増進スラザ悠悠館(☎④2977)、衣川総合支所健康福祉課☎(⑤23800)

成人健(検)診が始まります

生活習慣病予防のためにまずは健康チェックを

8月から生活習慣病の予防と改善を目的とした成人健(検)診が始まります。すでに申し込んだ人や対象年齢の人には、7月下旬に受診票を送付します。転入などで申し込んでいない人は、各区の担当課へご連絡ください。病気の予防・早期発見のためにも、健(検)診を積極的に受けましょう。

① 特定健康診査

※メタボリックシンドロームに着目した健診で、市国民健康保険に加入している40歳から74歳までの人が対象です。社会保険など、国保以外の医療保険に加入している人(被扶養者を含む)は、勤務先へお問い合わせください。
 ※メタボリックシンドロームⅡ腹囲が男性85センチ以上、女性90センチ以上あり、高血糖や脂質異常、高血圧のうち2

② 長寿健康診査

75歳以上の人と、65歳以上で後期高齢者医療保険の加入者が対象です。生活習慣病を見つけることを目的とした健診ですので、糖尿病などの生活習慣病で服薬治療中の人は、受診する必要はありません。

③ 一般健康診査

30歳と35歳の人、医療保険に加入していない40歳以上の人を対象とした健診です。30歳と35歳の人は、加入している医療保険に関係なく受診することができます。
 ■期間Ⅱ 8月1日(困)～26年1月31日(金)
 ※10月31日(困)までが強化月間です。なるべくこの期間に受けてください
 ■場所Ⅱ 市内の指定医療機関(通知書の2枚目に記載)

骨粗しょう症予防・肝炎ウイルス・前立腺がん検診も

※衣川区のみ集団検診あり
 ■自己負担金Ⅱ 「特定健康診査」40～69歳1600円・「長寿健康診査」800円、「一般健康診査」1600円
 ※東日本大震災により被災した人(住家の全半壊)などは自己負担金の減免があります。詳しくはお問い合わせください
 ■その他Ⅱ市が実施する人間ドックと重複して受診することはできません。

上記①②③の健康診査のほかに、骨粗しょう症予防検診、肝炎ウイルス検診、前立腺がん検診を8月1日から実施します。

【骨粗しょう症予防検診】

■対象者Ⅱ 25年度中に40・45・50・55・60・65・70歳になる女性(申込者)

■検査内容Ⅱ 骨量測定
 ■自己負担金Ⅱ 1000円

【肝炎ウイルス検診】

■対象者Ⅱ 25年度中に40・45・50・55・60・65・70歳になる女性(申込者)

人(全員)
 ■検査内容Ⅱ B型・C型肝炎ウイルス検査
 ■自己負担金Ⅱ 1200円

【前立腺がん検診】

■対象者Ⅱ 25年度中に50歳から74歳になる男性(全員)

■検査内容Ⅱ PSA検査(採血のみの検査)
 ■自己負担金Ⅱ 1000円

■問い合わせ・申込先Ⅱ 水沢保健センター、各総合支所健康福祉課



注目の新着図書

- 水沢図書館 ●一般…フィリピンの小さな産院から(富田江里子)、ニッポンの刑務所30(外山ひとみ)、生命の逆襲(福岡伸一) ●児童…ゴジラ誕生物語(山口理)、夏っ飛び!(横山充男)、はしをつくる(エドワード・ミラー)、科学者たちの挑戦(ジョン・タウンゼンド)
- 江刺図書館 ●一般…冷やシャリッ!凍らせレシピ(メディアファクトリー)、家族写真(荻原浩)、海商、会津屋八右衛門(小寺雅夫) ●児童…小学生のわくわく工作(成美堂出版編集部)、江戸の子どもちゃんまげのひみつ(菊地ひと美)、もしも宇宙でくらしたら(山本省三)
- 前沢図書館 ●一般…昭和三十年代演習(関川夏

- 央)、ストレスと適応障害(岡田尊司)、全国公共宿舎ガイド(実業之日本社) ●児童…アサギをよぶ声(森川成美)、イルカようちえん(のぶみ)、ママはびようしさん(アンナ・ベングトソン)
- 胆沢図書館 ●一般…5日間の休みで行けちゃう!絶景・秘境への旅(A-Works)、交響曲第一番(佐村河内守)、復興グルメリブ(復興グルメリブ取材班) ●児童…走る動物病院(佐和みずえ)、ナイトキャット(リサ&ヨハンナ・ラーソン)、おめんです(いしかわこうじ)
- 衣川セミナーハウス ●一般…貯金ゼロでも幸せに生きる方法(田中靖浩) ●児童…チャーメインと魔法の家(ダイアナ・ウィン・ジョーンズ)

8月の催し物など

- ◆企画展 ◆一般向け ★子ども向け
- 水沢図書館 ★夏休み子ども映画会…3日(困)14:00～15:00 ◆夏休み宿題対策の本…1日(困)～18日(困)
- ◇南分室 ★紙しばいと絵本のよみかせ…17日(困)14:00～ ★親子で映画を見る会…24日(困)14:00～14:45
- 江刺図書館 ◆企画展「夏のこわ～いおはなし本特集」…1日(困)～11日(困) ★夏のこわ～いおはなし会…8日(困)13:45～15:00 ★お話びっくり箱…11日(困)10:30～11:00 ◆文学史講座第4講(全10回)…22日(困)13:30～15:00
- 前沢図書館 ★読書カードツアー…25日(困)まで ◆資料展「夏を楽しむ!」…9月1日(困)まで ★夏休み おはなし会&映画会…3日(困)10:30～11:00 ★ねえ読んで読み聞かせ会…4日(困)11:00～、14:30～
- 胆沢図書館 ◆テーマ展「宿題やろうぜ!」…20日(困)まで ◆企画展「おうちでカンタン!節約術」…30日(困)まで ★ぼこあぼこの「あったとさ」…4日(困)10:30～11:10 ◆企画展「アートな時間 2013秋 アートシーンのアイ

●毎月4日は、奥州市家庭読書の日『ねえ、読んで』

8月の休館日

水沢、江刺、前沢、胆沢図書館…5日(困)、12日(困)、19日(困)、26日(困)
 (水沢3分室…上記に加え11日(困)、13日(困)～15日(困)、18日(困)、25日(困))



Library 図書館だより

水沢図書館(☎②3080)、江刺図書館(☎⑤2111)、前沢図書館(☎⑥6781)、胆沢図書館(☎④2133)、衣川セミナーハウス(☎⑤23900)