

40歳～74歳までの国民健康保険に加入されている方へ

特定健診は【協力医療機関】でも受けられます！
＝ 個別健診のお知らせ ＝

生活習慣病などで医療機関にかかっている方も、特定健診が受けられます。
かかりつけの医師にご相談ください。

【受診・手続き方法】

- ①役場・健康増進係へ「申し込みハガキ（4月広報折込）」で申し込む。
申込期間：平成27年6月1日（月）～平成27年11月30日（月）
- ②自分で各医療機関等へ健診予約をする。
- ③「受診券（ピンク色）」が役場から届く。
- ④健診当日は、「受診券」と「保険証」を持参し、窓口へ提出する。
*「受診券」がないと受けられません。

実施機関	平成27年7月1日（水） ～平成27年12月31日（木） *但し、医療機関の開院曜日・時間に限る。 *行橋市・みやこ町・苅田町の医療機関は、なるべく10月末までにご受診ください（インフルエンザ予防接種で混雑が予想されるためご協力願います）。
対象者	40歳～74歳までの国民健康保険加入者 *75歳になる方は、誕生日の前日まで受診可。
検査項目	身長、体重、腹囲、BMI、血圧、脂質（中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール）、肝機能（GOT・GPT・γ-GTP）、糖代謝（血糖値・HbA1c）、尿検査（糖・蛋白・潜血）、腎機能（クレアチニン・GFR）、尿酸、貧血検査 *心電図は、医師の判断により必要な場合のみ実施
料金	無料（特定健診項目のみ）
受診できる医療機関	<p>近隣の医療機関</p> <p>築上町・豊前市 吉富町・上毛町 行橋市・みやこ町 苅田町</p> <p>【築上町】あないクリニック・うえだ内科クリニック・片山医院 ・古賀整形外科内科医院・椎田クリニック・永尾医院 ・二見医院・宮部病院・宮崎リハビリテーション医院</p> <p>■豊前築上医師会健康管理所で特定健診を受ける場合は、「がん検診（肺・大腸・前立腺・子宮・乳）」（有料）が同時に受診できます。 *但し、胃がん検診はできません。</p> <p>■その他市町の医療機関については、各自、協力医療機関かどうか御確認ください。</p>

保健だより

●住民課 健康増進係
保健センターチャフルつきき ☎(52)0001 (支所内線710)

下記の4つの医療期間で自費で詳細な健康診断を受けている皆様へお知らせ

	協力医療機関名	住 所	電話番号
1	豊前築上医師会 健康管理所	豊前市大字八屋1776番地4	0979-82-2005
2	新行橋病院	行橋市道場寺1411番地	0930-24-8899
3	行橋中央病院	行橋市西宮市5-5-42	0930-26-7111
4	御所病院	苅田町大字新津1400番地	0930-25-3213

- 平成27年7月1日（水）～平成27年12月28日（月）に上記の医療機関において、自費で人間ドック等の詳細な健康診断（特定健診の項目を含む）を受けている方は、今年度から下記の方法で費用負担が軽減されます（特定健診項目分の費用を、築上町が負担します）。

$$\boxed{\text{【受診者負担額（窓口支払い分）】}} = \boxed{\text{①健康診断総費用}} - \boxed{\text{②特定健診費（築上町負担額）}}$$

* 特定健診費用分は、医療機関から直接、築上町に請求されます。

●手続き方法

- ① 役場・健康増進係に電話し、「受診券」及び「問診票」を依頼し「上記医療機関において特定健診を含む詳細健診を受ける」旨を伝える。
- ② 「受診券（ピンク色）」「問診票」が自宅に届く。
- ③ 上記医療機関へ「健診予約」を行い、「町の特定健診と同時実施を希望する」旨をお伝えください。
- ④ 健診当日に持参するもの：



- 受診券（ピンク色）
- 問診票
- 医療保険証
- 人間ドック等のご自身が希望する詳細健診の自己負担分の料金
- 健診機関から配られた検査セット等（場合によります）

- 申込期間：平成27年6月1日（月）～平成27年11月30日（月）

- なお、特定健診結果に基づいた築上町の支援（特定保健指導など）を利用することができます。

【問い合わせ】役場・健康増進係（52）0001（支所内線710）

チアフル健康相談のお知らせ

6月15日（月）10:00～11:00、保健センターチアフルつきで健康相談を行います。

血圧測定、検尿などの健康チェック並びに保健師が健康に関する相談に応じます。利用を希望する方は当日会場にお越しください。健康手帳をお持ちの方は、ご持参ください。

豊築休日急患センターからのお知らせ

毎月2回、休日急患センターに九州歯科大学の口腔外科医（口腔がん専門医）が来ます。

6月の来所日 7日（日）、21日（日）

お口の中に異常のある方、心配がある方は来所ください。

問い合わせ 豊築休日急患センター

0979（82）8820

こころの健康相談日のお知らせ

こころの悩みや不安など、精神保健福祉士が相談をお受けします。思春期の悩みや、アルコール、薬物に関する相談も受け付けます。あなた自身のことや、ご家族・ご友人など身近な人のことなど、ひとりで悩まず、話してみませんか？

日 時： 6月3日/7月1日（水） 13:00～17:00（要予約）

場 所： 保健センターチアフルつき

予約・問い合わせ 保健センターチアフルつき（支所内線711）

日本脳炎予防接種のお知らせ

日本脳炎は、日本脳炎ウイルスの感染で起こります。ヒトから直接ではなく、ブタ等の体内で増えたウイルスが蚊によって媒介されて感染します。7～10日の潜伏期間の後、高熱、頭痛、嘔吐、意識障害、けいれん等の症状を示す急性脳炎になります。ヒトからヒトへの感染はありません。

下記の対象となるお子さんは、体調の良い時に接種しましょう。

1 対象者と接種方法

1期（初回）：3歳（7歳5ヶ月まで接種可能）
6日～28日までの間隔を置いて、2回接種

1期（追加）：4歳（7歳5ヶ月まで接種可能）
1期（初回）2回終了後、11～13ヵ月後に1回接種

2期：小学4年生（9歳以上13歳未満）1回接種

*特例対象者：平成8年4月2日～平成19年4月1日生まれの方で、1期・2期の接種が終わっていない方。1期（初回・追加）、2期が不十分な場合は、残りの回数を接種することができます。

詳しい接種方法は、お問い合わせください。

2 接種方法

●町内の医療機関で接種をする場合

*医療機関へ必ず事前に予約を入れてください。

*日曜・祝祭日は除きます。

●福岡県定期予防接種広域化事業で接種をする場合

（町内医療機関）

町内医療機関名	住所	連絡先 (TEL)	接種曜日・時間						
			月	火	水	木	金	土	接種時間
あないクリニック	西八田	56-5888	●	●	●	●	●	●	平日 8:30～11:30、14:00～17:30 木曜 15:00～17:30/水・土曜 8:30～11:30
うえだ内科クリニック	椎田	56-0041	●	●	●	●	●	●	平日 9:00～12:00/土曜 9:00～12:00
片山医院	安武	52-0505	●	●	●	●	●	●	平日 10:00～12:00、17:30～18:30 水・土曜 8:30～12:00 ※18時以降は要連絡
椎田クリニック(注)	湊	56-0030	●	●		●	●	●	平日 9:00～12:00、13:30～17:30 土曜 9:00～13:00
二見医院	築城	52-0002	●	●	●	●	●	●	平日 10:00～12:00、15:00～17:30 木・土曜 10:00～12:00
宮部病院	湊	56-0038	●	●	●	●	●	●	平日 9:00～12:30、13:30～17:00 土曜 9:00～12:30

（注）：「MR・2種混合」のみ対応予定ですが、詳細は椎田クリニックへ問合せください。

食生活改善推進会

おすすめの簡単料理紹介
《城井校区推進員お勧め簡単レシピ》

ささみのオニオン入りおろし和え



材料（4人分）

ささみ・・・240g
片栗粉・・・少々
揚げ油・・・適量
大根・・・200g
りんご・・・300g
玉ねぎ・・・140g

（調味料A）
酒・・・大さじ1
しょうゆ・・・大さじ1
生姜汁・・・小さじ1

（調味料B）
酢・・・大さじ4
砂糖・・・大さじ1
だし汁・・・大さじ4
塩・・・ひとつまみ
うすくちしょうゆ・・・小さじ1

作り方

- ①ささみは筋をとり、一口サイズの削ぎ切りにする。
- ②調味料Aで①に下味をつけ、片栗粉をまぶして揚げる。
- ③玉ねぎは皮をむいて薄くスライスし水にさらして軽く絞る。
- ④りんごはよく洗い、皮つきのまま1/3個分は薄いいちょう切りにする。残り2/3は皮をむいて大根と一緒にすりおろし、水気を軽く絞っておく。
- ⑤③の玉ねぎ、④のりんごと大根を調味料Bで和える。すりおろしたりんごは色が変わりやすいのですばやく調味料を加える。
- ⑥揚げたささみを、⑤で和えて器に盛る。