40歳から74歳の国保の方は無料です！

健康ポイント　2ポイント

特定健診を受診しましょう

問　福祉課　☎42−2640
申込　町立松前病院　☎42−2515

特定健診は、メタボリックシンドロームを中心とした生活習慣病を予防・改善するための健診です。生活習慣病は、生活習慣によって良くも悪くもなる病気です。放っておくと症状のないまま重症化し、いきなり心臓病や脳卒中の発作が起こったり、重度の糖尿病合併症が起こって不自由な生活を余儀なくされたりします。

生活習慣病は、進行するまで自覚症状がないことが多く、自分で変化に気づくことが難しいため、１年ごとの経年変化を知ることが大切です。**定期的に病院へ通院されている方**も、生活習慣病を発症していないか、発症している場合はどの程度なのかを知るための検査となりますので、40歳を過ぎたら毎年特定健診を受診しましょう。

■まだ特定健診を受けていない方へ

町立松前病院で個別に特定健診が受けられますので、受診の１週間前までに**町立松前病院へ直接**お申し込みください。

個別健診実施期間	10月１日～３月31日の月曜日から金曜日まで
健診の開始時間	午後３時（午後２時45分までに受け付けしてください）
受付人数	１日３名まで（予約時に確認してください）
当日持参するもの	保険証、受診券、問診票 ※受診券をなくされた場合など、特定健診についてのお問い合わせは、福祉課へ連絡してください。
検査内容	計測（身長・体重・腹囲）、血圧測定、尿検査、血液検査、診察
お申し込み先	**町立松前病院　☎４２－２５１５**

《広告》

インフルエンザ・高齢者肺炎球菌の予防接種を受けましょう！

予防接種にかかる費用を助成します

問　健康推進課　☎42－2650
申込　町立松前病院　☎42－2515

インフルエンザ予防接種

費用を軽減！

対象 ※年齢は接種日の年齢	自己負担	持参する書類など
①65歳以上	1，000円	保険証など年齢を確認できる物
②60～64歳で心臓等の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障害のある方（身体障害者手帳1級に相当）	1，000円	身体障害者手帳
③13歳以上15歳以下	1，000円	保険証など年齢を確認できる物
④12歳以下 （1回目 1,000円　2回目 500円）	1，500円	
⑤生活保護世帯（16～64歳は除く）	無料	生活保護受給証明書 （役場または支所で発行）

※予防接種の日程等は次のページをご覧ください。

高齢者肺炎球菌予防接種

費用を軽減！

対象	自己負担	持参する書類など
①65歳以上（接種日の年齢）	3，000円 ※生活保護世帯の方は無料です。生活保護受給証明書（役場または各支所で発行）をご持参ください	保険証など年齢を確認できる物
②60～64歳（H31.3.31の年齢）で心臓等の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障害のある方（身体障害者手帳1級に相当）		身体障害者手帳

※予防接種の日程等は次のページをご覧ください。

高齢者肺炎球菌の予防接種はお早めに

平成31年4月から令和2年3月末までに、65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方が助成を受けられるのは今年度（令和2年3月末）限りです。対象者には、6月に個別通知をお送りしていますので、早めに接種を受けましょう。

※すでに接種を受けた方は対象外です

接種日時など

種　　類	インフルエンザ			高齢者肺炎球菌
接 種 日 時	今月号の折り込みチラシをご覧ください。			通　　年
対 象 年 齢	12歳以下	13歳以上 15歳以下	16歳以上	・65歳以上（接種日の年齢） ・60～64歳（H31.3.31の年齢）で心臓等の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障害のある方（身障者手帳１級に相当）
予 約 開 始 日	１回目　10月７日㈪～ ２回目　11月５日㈫～	11月５日㈫～	11月５日㈫～	接種希望日の１週間前までに予約
お申し込み先	町立松前病院　☎４２－２５１５			

施設入所・長期入院など、松前町で接種を受けられない場合

施設入所または長期入院のため、町立松前病院以外で、インフルエンザ予防接種や高齢者肺炎球菌予防接種をされる方は、**申請により医療機関に支払った接種料金の一部を本人の口座に払い戻しします。**

指定の申請書に医療機関の領収書を添付し、申請してください。

※払い戻しの対象となる条件など、詳しくは、健康推進課へお問い合わせください。

申請書は松前町ホームページからもダウンロードできます。

「人生笑顔で!! 健康づくり」

健康まつり

健康ポイント
2ポイント！

健康まつりは、講演、展示・計測・試食コーナーなどで、町民の皆さまに、楽しみながら健康づくりに関心を持っていただくためのイベントです。ぜひ、ご参加ください！

と　き　10月26日（土）
12:00　計測・展示・販売
12:30　試食
14:00　講演

ところ　松前町民体育館

講演　14：00～15：30
『笑いと健康・笑いヨガ』
～みんなで笑おうワハハ～
講師：函館のほうで笑いヨガするべの会
会長　東出　義則　氏

昨年の講演の様子（笑いヨガ体験）

当日は無料送迎バスを運行します。詳しくは、今月号の折り込みチラシをご覧ください。