

健康管理センター だより



2024.11.1
NO. 404

編集・発行 本別町健康管理センター
本別町北6丁目 (TEL 22-2219)

『国保特定健診』受診率

本別町在住の国民健康保険加入者（40～74歳）を対象とした国保特定健診。受診率は令和2年度の51.4%が過去最高で、令和5年度は45.0%と低下しています。

健診を受けると、自覚症状のない糖尿病や高血圧等の生活習慣病の兆候やデータの変化に気づき、重症化する前の早い段階で改善していくことが可能です。

年に1回は健康診断をお受けになり、ご自身の健康状態をご確認ください。

◆地区別（住所別）特定健診受診率◆（令和5年度 国民健康保険加入者対象 令和6年10月現在）
地区別を受診率を見ると、半数以上の地区で向上しました！

住所	受診率		住所	受診率	
	R5年度	R4年度		R5年度	R4年度
北1	↑ 66.7%	50.0%	山手町	↑ 43.8%	40.0%
北2	↑ 22.2%	16.7%	錦町	46.7%	55.0%
北3	↑ 45.2%	55.6%	栄町	40.4%	43.5%
北4	↑ 56.3%	54.3%	新町	40.8%	49.3%
北5	53.8%	61.5%	勇足元町	↑ 47.1%	31.6%
北6	41.4%	45.7%	仙美里元町	↑ 31.6%	28.6%
北7	↑ 48.4%	30.3%	勇足東	↑ 47.8%	47.2%
北8	40.6%	63.3%	勇足西	↑ 42.9%	35.1%
南1	↑ 66.7%	41.7%	押帯	↑ 52.3%	40.0%
南2	54.3%	60.5%	美蘭別	↑ 52.2%	48.1%
南3	57.1%	57.1%	東本別	↑ 100.0%	0.0%
南4	34.6%	38.5%	共栄	33.3%	34.8%
柳町	↑ 23.1%	15.4%	弥生町	↑ 62.5%	38.5%
緑町	↑ 45.5%	33.3%	西美里別	47.1%	48.2%
柏木町	↑ 48.9%	40.0%	美里別	36.9%	45.5%
向陽町	↑ 37.8%	37.5%	上本別	↑ 50.0%	40.0%
東町	22.2%	43.5%	仙美里	↑ 52.2%	47.8%
朝日町	33.3%	60.0%	西仙美里	↑ 56.9%	46.2%

※自治会名ではなく住所別の受診率となっています。

【通院のため健診未受診のかたへ】
血液検査結果を健康管理センターに提供いただくと、健診を受けたとみなすことができます。
また、ほんべつ循環器内科クリニックと国保病院通院中で対象のかたには個別に情報提供依頼書を郵送していますので、ご協力をお願いいたします。



少しでも多くのかたに、自分の体に目を向け健康を維持してもらうため、保健師が電話連絡や訪問で健診受診のお声をさせていただきます。よろしくお願いたします。

町外で接種した場合の

インフルエンザ予防接種 償還払い手続きについて

町では町外の医療機関で接種したインフルエンザ予防接種の費用の一部を償還払いにて払い戻しする制度があります。下記の助成対象に該当し、自己負担額を多く支払った場合に差額が助成の対象となります。

【助成対象と助成額】

区分	助成額
①65歳以上のかた	接種費用から1,500円を差し引いた額
②60歳から64歳までのかたで、心臓・腎臓・呼吸器の機能障害により身体障害者手帳1種1級を保持するかた	接種費用から1,500円を差し引いた額
③生後6ヵ月から12歳までのかた	接種費用から1,200円を差し引いた額
④13歳～18歳までのかた	接種費用から1,500円を差し引いた額
⑤生活保護のかた	接種費用の全額

例：①で3,200円の接種費用を支払った場合、3,200円－1,500円＝1,700円を助成。

【申請方法】

健康管理センターまたは役場健康・こども課窓口で「本別町予防接種償還払申請書兼請求書」に必要事項を記入し、以下の書類（コピー可）を提出してください。

- ・インフルエンザワクチン接種の領収書
- ・インフルエンザワクチン接種が確認できるもの（診療報酬明細書、予防接種済証等）
- ・助成金を振り込む通帳

- Q 健康管理センターなどの集団接種や町内医療機関で個別接種した時は？
- A 町内で接種した場合の自己負担は一部負担金のみの（1,200円または1,500円）の支払いになるため、償還払いの手続きは不要です。
- Q 町外医療機関や町外施設に入院・入所している時は？
- A 住民票が本別町にある場合、医療機関等と個別に委託契約を結び接種することになりますので、事前に健康管理センター（22-2219）へご連絡ください。

★コロナワクチン定期接種についても、町外接種の場合償還払いの対象となります。上記の①・②は接種費用から3,500円を差し引いた額、⑤は全額が助成になります。手続き方法はインフルエンザワクチン同様です。

育児のお困りごとはありませんか？

健康管理センターでは、妊娠期から子育て期まで、育児に関する様々なニーズに対して相談や支援を行っています。来所相談のほか、電話やメールでも相談可能です。小さなことでもお気軽にお問合せください。

電話：22-2219

メール：kenkok@town.honbetsu.hokkaido.jp



件名に「子育て相談」、本文に「相談内容、住所、氏名、連絡先」を記載してください。

11月の予定表

- 右記の「各事業の実施時間」に会場記載のないものは全て健康管理センターで行います。
- 予防接種、産後ケアクラス、乳幼児・1歳6ヵ月児・2歳児・3歳児健診には母子手帳を忘れずにお持ちください。
- 母子手帳・妊婦健診受診票発行日に都合の悪い人はあらかじめご連絡ください。

月	火	水	木	金	土	日
今月は献血があります！11月11日(月) ★本別町役場 9:30～10:30 ★北海道立農業大学校 12:15～13:45 ★本別町役場 14:45～16:30				1 健康相談 母子手帳発行日・育児相談 妊婦健診受診票発行日	2 健康管理センターは お休みです。	3
4 健康管理センターはお 休みです。	5 すこやかルーム	6 高齢者インフルエンザ 予防接種 (健康管理センター: 14時～15時)	7 3歳児健診	8 健康相談 母子手帳発行日・育児相談 妊婦健診受診票発行日	9 健康管理センターは お休みです。	10
11 すこやかルーム 献血	12 こころの健康相談 (医師相談) 子育てママのための リフレッシュ講座「エアロビクス」	13	14 高齢者インフルエンザ 予防接種 (勇足地区公民館: 14時～15時)	15 健康相談 母子手帳発行日・育児相談 妊婦健診受診票発行日 こころの健康相談 (医師相談)	16 健康管理センターは お休みです。	17
18 すこやかルーム (身長、体重測定)	19 こころの“ほっと”相談	20	21 乳幼児健診 BCG 予防接種	22 健康相談 母子手帳発行日・育児相談 妊婦健診受診票発行日 高齢者インフルエンザ 予防接種 (仙美里地区公民館: 14時～15時)	23 健康管理センターは お休みです。	24
25 わくわくデー (ちびっこ運動会)	26	27	28	29 健康相談 母子手帳発行日・育児相談 妊婦健診受診票発行日	30 健康管理センターは お休みです。	

●3歳児健診対象者	令和3年8月9日～	令和3年11月7日	生まれ
●乳幼児健診対象者	4ヵ月児	令和6年6月18日～	令和6年7月21日
	7ヵ月児	令和6年3月18日～	令和6年4月21日
	12ヵ月児	令和5年10月18日～	令和5年11月21日

～各事業の実施時間～	
すこやかルーム	9時～12時 *身長、体重測定は10時30分から行います。
健康相談、育児相談、母子手帳・妊婦健康診査受診票発行日	9時～12時
わくわくデー(ちびっこ運動会)	10時～11時 *子育て支援センター(☎22-8811)に申し込みが必要です。
3歳児健診	9時～
乳幼児健診	7ヵ月:9時30分～、4ヵ月:9時45分～10時、12ヵ月:10時～10時15分
BCG 予防接種	9時30分～10時 ※申し込みが必要です。
子育てママのための「エアロビクス」	10時～11時30分 *子育て支援センター(☎22-8811)に申し込みが必要です。
こころの健康相談(医師相談)	14時30分～ *場所:常広保健所本別支所 *申し込み:こころの相談専用電話(0155-21-9110)
こころの“ほっと”相談(心理カウンセラー)	13時30分～15時20分*健康管理センター(☎22-2219)に申し込みが必要です。

脳ドックのお知らせ P



検査日 8時00分～12時00分	結果説明日 13時30分～
11月15日(金)・22日(金)	11月27日(水)
11月29日(金)、12月3日(火)・6日(金)・13日(金)・20日(金)	12月25日(水)
12月24日(火)・25日(水)、1月10日(金)・14日(火)・17日(金)	1月22日(水)

- ◎対象 年度内(令和6年4月1日～令和7年3月31日)で35歳以上
- ◎会場 本別町国民健康保険病院 ◎個人負担 10,000円
- ◎検診内容 身体・血圧測定、心電図、尿検査、血液検査、眼底検査、MRI(磁気共鳴断層撮影) MRA(磁気共鳴血管撮影)、頭部X線撮影、頸部X線撮影
- ◎申し込み 検査希望日の2週間前までに、町国保病院(22-2025)へお申し込みください。
 ※脳梗塞、脳出血等の既往のある人は、脳神経外科の受診をお勧めします。内科通院中の人は、主治医と相談の上、お申し込みください。
 ※体内に金属類が入っている場合は、MRIが実施できませんのでご了承ください。
 ※血液検査がありますので、検査前の食事は抜いてください。



上手に使おう!お薬手帳

●お薬手帳とは?


自分が使っている薬の名前・量・日数・使用法などを記録できる手帳です。
副作用歴、アレルギーの有無、過去にかかった病気、体調の変化などについても記入できます。

●お薬手帳のメリット

- ①薬の重複や飲み合わせがチェックでき、副作用や飲み合わせのリスクを減らす
- ②副作用歴、アレルギー、過去にかかった病気などの情報を伝えられる
- ③災害時や旅先での急病の時に、いつもの薬がわかる
- ④忘れがちな質問や意見、要望などをメモしておける

「かかりつけ薬局」をもちましよう!

複数の医療機関にかかっている場合、同じような効能の薬が重複して処方されているかもしれません。薬の重複や飲み合わせなど、薬剤師さんにチェックしてもらいましょう。
お薬手帳は必ず1冊にまとめて、常に持ち歩きましょう。



※マイナンバーカードを健康保険証として活用している場合、薬剤情報等の情報提供に同意することで、お薬手帳を見せなくても医師や薬剤師が過去に処方された薬や健診などの情報について共有できることがあります。