

# 健康管理センター だより

2020. 9. 1  
NO. 354

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)

## 国保特定健診のお知らせ

5月に特定健診受診券(きみどり色の用紙)を40~74歳の対象者に郵送しています。  
1年に1度は、必ず健診を受診されますようお願いいたします。

実施医療機関	対象	実施月日	お申し込み
本別町 国民健康保険 病院	①本別町国民健康保険に加入する 年度内35歳~受診日に74歳の町民 ②生活保護受給者(年度内35歳以上の町民) ③後期高齢者医療制度に加入している町民	毎週金曜日 (7月~)	希望日の2週間前までに健康管理センターへお申し込みください。 Tel : 22-2219
ほんべつ 循環器内科 クリニック	①本別町国民健康保険に加入する 年度内40歳~受診日に74歳の町民 ②生活保護受給者(年度内40歳以上の町民) ③後期高齢者医療制度に加入している町民	随時	直接お申し込みください。 Tel : 22-8888
ホームケアクリ ニックあづま (足寄町)		随時	事前申し込み不要
しんどう医院 (足寄町)		随時	事前申し込み不要
藤田クリニック (池田町)		随時	直接お申し込みください。 Tel : 015-576-6020
くりばやし医院 (池田町)		随時	事前申し込み不要
勤医協帯広病院 (帯広市)		随時	事前申し込み不要

- ◎検査項目 問診、身体計測、診察、血圧測定、血液検査、尿検査 ※65歳以上の人全員に、心電図検査実施  
◎個人負担 国保被保険者 1,500円 後期高齢者 500円 生活保護受給者 無料  
◎持ち物 健康保険証、特定健診受診券(本別町国民健康保険に加入する40~74歳の人)  
◎注意事項 血液検査がありますので、検査の前の食事は抜いてください。

## 血液検査結果提供にご協力を

国保加入者で、通院中のため特定健診を受診されていない人は、健康管理センターに血液検査結果を提供いただくと健診を受けたとみなすことができます。

結果をご持参いただくか、ご自宅まで取りに伺うこともできますので健康管理センター(22-2219)までご連絡ください。また、ほんべつ循環器内科クリニック、一部の町国保病院通院者には、5月に特定健診情報提供同意書を郵送しています。



## ご存知ですか? “化学物質過敏症”

### 化学物質過敏症とは?

ごくわずかな化学物質に接しただけで頭痛、めまい、呼吸困難、動悸、目のかすみなどの体調不良をきたす病気です。重症になると仕事や家事ができない、学校へ行けないなど、通常の生活を営むことが難しくなります。

いまだに病態や発症のメカニズムが明確になっていないため、周りからの理解と協力がなかなか得られず、困っているかたが多くいらっしゃいます。

### 化学物質はどのようなものに含まれていますか?

化学物質は、身の回りにある香料(柔軟剤、洗剤、整髪剤)やたばこ、殺虫剤、衣料用防虫剤などに含まれます。アレルギー同様、その患者さんにとって合わないものであればなんでも原因物質となる可能性があります。

近年、柔軟仕上げ剤のにおいに関して国民生活センターに寄せられる相談件数が増加しています。



### どのように対処すればよいですか?

- ① からだに取り込まれる化学物質を減らす
- ② 化学物質を排出するため運動などで汗をかく
- ③ 規則正しい生活をするように心がける

この3点が大切になります。

### 周囲のかたへのお願い

自分にとって快適な香りでも、化学物質過敏症のかたにとっては、体調不良を引き起こす原因となる場合があります。自分が慣れたにおいは感じにくくなり、使用量も徐々に増えることもあります。使用量の目安を参考にして、過度な使用は避けましょう。

また、多くの人が利用される場所や施設などでは、香料等の使用を控えるなどのご配慮をお願いします。

# 9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
	1 南地区集会場健康相談	2	3	4 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	5 健康管理センターは お休みです。	6
7 すこやかルーム	8	9 2歳児健診 こころの健康相談 (医師相談)	10	11 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	12 健康管理センターは お休みです。	13
14 すこやかルーム (身長、体重測定)	15	16	17 助産師さんの 産後ケアクラス	18 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	19 健康管理センターは お休みです。	20
	21 健康管理センターは お休みです。	22	23 乳幼児健診 BCG 予防接種	24 こころの健康相談 (医師相談)	25 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	26 健康管理センターは お休みです。
28 すこやかルーム	29 こころの“ほっと”相談	30	助産師さんの産後ケアクラス ＊対象者には個別通知しますので是非お申し込みください。 ・日時：9/17(木) 10:00～11:30 ※終了後12時まで個別相談の時間を設けています。 ・内容：骨盤ケア、授乳や乳房ケア、赤ちゃんの発達・遊び			

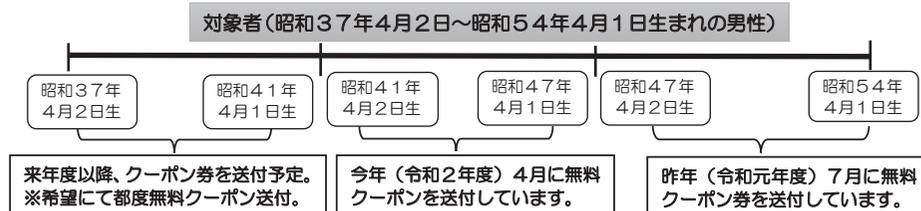
すこやかルーム	9時～12時 *身長、体重測定は10時30分から行います。
健康相談、育児相談、母子手帳・妊婦健康診査受診票発行日	9時～12時
南地区集会場健康相談	9時30分～11時
2歳児健診	13時～
乳幼児健診	7ヵ月：13時～、4ヵ月：13時30分～14時、12ヵ月：14時～14時30分
BCG 予防接種	13時～13時30分 ※申し込みが必要です。
こころの健康相談(医師相談)	14時～ *場所：帯広保健所本別支所 申し込みは帯広保健所本別支所(☎22-2108)です。
こころの“ほっと”相談(心理カウンセラー)	13時30分～15時20分 *事前に健康管理センター(☎22-2219)に申し込みが必要です。

## 風しん抗体検査のお知らせ

風しんの予防接種は、現在、予防接種法に基づき公的に行われています。しかし、公的な接種を受ける機会がなかった昭和37年4月2日から昭和54年4月1日の間に生まれた男性は、抗体保有率が他の世代(約90%)に比べて低く(約80%)なっています。

令和2年度(2020年4月～2021年3月)は、昭和41年4月2日～昭和47年4月1日生まれの男性を対象に抗体検査等の無料クーポンを4月末に送付しました。(抗体検査で陰性の場合は無料で風しんの予防接種を受けることができます。)

クーポンの配布は、令和元年から3か年計画で段階的に行い、昨年(令和元年度)は昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性にクーポンを配布しました。未受診の方には再度、個別通知をさせていただきます。



昭和37年4月2日から昭和41年4月1日の間に生まれた男性で、今年度検査希望のある方にはクーポン券を発行しますので、健康管理センター(22-2219)へご連絡ください。



## 脳ドックのお知らせ

検査日	8時00分～12時00分	結果説明日	13時30分～
9月18日(金)、9月25日(金)		9月30日(水)	
10月2日(金)		10月7日(水)	
10月9日(金)、10月12日(月)		10月21日(水)	

- ◎対象 年度内(令和2年4月1日～令和3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
- ◎検査内容 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、前認知症テスト(希望者のみ)

◎申し込み 健康管理センター(検査希望日の2週間前までに申し込みをしてください。)

- ※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。内科通院中の方は、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。

●2歳児健診対象者	平成30年6月11日～平成30年9月9日生まれ
●乳幼児健診対象者	4ヵ月児 令和2年4月27日～令和2年5月23日生まれ
	7ヵ月児 令和2年1月27日～令和2年2月23日生まれ
	12ヵ月児 令和1年8月27日～令和1年9月23日生まれ