

健康管理センター だより



2021.11.1
NO. 368

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』 受診率向上！！

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。
受診率は平成25年度（25.7%）から平成30年度（48.5%）まで5年連続増加し、令和元年度は新型コロナウイルスの影響もあり、48.4%と前年度から0.1%低下。しかし、**令和2年度の受診率は51.1%と再び増加し、過去最高となりました！！**

今後毎年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2年度 国民健康保険加入者対象 令和3年10月現在）
地区別に受診率を見ると、多くの地区が向上！！**100%の地区もでています！！**
60%を超える地区が、4地区から10地区へ大幅に増えました！

住所	受診率		住所	受診率	
	R2年度	R元年度		R2年度	R元年度
北1	62.5%	55.6%	山手町	56.5%	60.9%
北2	38.9%	29.4%	錦町	59.3%	48.4%
北3	53.5%	48.8%	栄町	51.4%	56.5%
北4	68.8%	54.1%	新町	51.4%	48.7%
北5	50.0%	50.0%	勇足元町	40.7%	37.1%
北6	50.0%	36.4%	仙美里元町	26.9%	26.7%
北7	42.1%	36.1%	勇足東	50.0%	56.4%
北8	55.3%	43.2%	勇足西	35.7%	38.1%
南1	62.5%	47.1%	押帯	52.0%	46.2%
南2	64.3%	60.4%	美蘭別	40.7%	41.7%
南3	63.6%	55.6%	東本別	100%	50.0%
南4	56.7%	50.0%	共栄	40.0%	40.7%
柳町	33.3%	33.3%	弥生町	61.5%	61.5%
緑町	42.9%	37.5%	西美里別	51.2%	53.2%
柏木町	60.3%	47.6%	美里別	53.3%	54.3%
向陽町	46.7%	49.1%	上本別	54.5%	55.6%
東町	34.6%	42.3%	仙美里	57.4%	50.0%
朝日町	66.7%	100.0%	西仙美里	60.7%	52.5%

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掛けをさせていただくことがあります。よろしくお願いたします。



国民健康保険加入者へ 血液検査結果提供のお願い

国民健康保険加入者で、通院先の病院で血液検査を実施しているかたは年に1度、健康管理センターへ検査結果の提供をお願いします。
検査結果を提供していただくと健診を受けたとみなすことができます。



特定健診の受診率が高い町には、国から保険料へ充当できる財政支援があります。
そのため、受診率が高くなるとみなさんの国民健康保険料を抑えることができます。

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。

ほんべつ循環器内科クリニック、町国保病院へ通院されている対象のかたには、『特定健診情報提供同意書』を郵送しています。通院先へご提出ください。また、町が委託している町外業者「株式会社ウエルクル」から電話にて、情報提供書制度のご案内をさせていただきますので、ご協力をお願いします。



健康ほんべつ21

健康ほんべつ21 アンケート結果②



健康ほんべつ21

健康ほんべつ21では、『栄養・食生活』『身体活動・運動』『歯の健康』『心の健康』の4分野に取り組んでいます。

7月に健康管理センターで行われた特定健診とがん検診の受診者に実施したアンケートの“こころの相談について”の結果をお知らせします。

問②：こころの健康に関する相談先を知っていますか？の回答結果

正解～健康管理センター、こころのほっと相談、診療内科、精神科など

【男性】

	人数	割合	昨年度
知っている	25	30.9%	23.9%
知らない	52	64.2%	76.1%
未記入	4	4.9%	0%
合計	81	100%	100%

【女性】

	人数	割合	昨年度
知っている	54	49.1%	35.8%
知らない	50	45.5%	63.3%
未記入	6	5.5%	0.9%
合計	110	100%	100%

男女ともに「相談先を知っている」と回答してくれた人が昨年よりも増えました！

全体で約4割の人が「こころの相談先を知っている」という結果となりました。
こころの不調は、周りの人が気づき専門機関へ繋ぐ役割を果たすことが重要です。

「こころのほっと相談」

町では「こころのほっと相談」を開設しています。相談担当者は日本産業カウンセラーの伊藤郁子さんです。悩みは誰かに話すことで、自分の本当の気持ちに気付いたり、問題を整理できたりすることがあります。お悩みがある人はご利用ください。

★相談日 11月25日（木）、12月21日（火）

★受付時間 ①13:30～ ②14:30～

★相談料 無料



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
1 すこやかルーム 南地区集会場健康相談	2	3 健康管理センターはお休みです。	4 高齢者インフルエンザ予防接種 (健康管理センター:10時~11時)	5 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	6	7 健康管理センターはお休みです。
8 わくわくデー (ちびっこ運動会)	9 すこやかルーム こころの健康相談 (医師相談)	10 3歳児健診	11 山手フレッシュ調理実習	12 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	13	14 健康管理センターはお休みです。
15 すこやかルーム (身長、体重測定)	16 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)	17 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)	18	19 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	20	21 健康管理センターはお休みです。
22 すこやかルーム	23 健康管理センターはお休みです。	24 乳幼児健診 BCG予防接種	25 こころの“ほっと”相談 こころの健康相談 (医師相談)	26 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	27	28 健康管理センターはお休みです。
29 子育てママのリフレッシュ講座「ヨガ」	30 すこやかルーム	●高齢者インフルエンザ予防接種の日程 ・11月4日(木)、12月1日(水):健康管理センター(午前10時~11時) ・11月16日(火):仙美里地区公民館(午後2時~3時) ・11月17日(水):勇足地区公民館(午後2時~3時) ※予約受付は終了しています。				

●3歳児健診対象者	平成30年8月5日 ~ 平成30年11月10日生まれ
●乳幼児健診対象者	4ヵ月児 令和3年6月28日 ~ 令和3年7月24日生まれ 7ヵ月児 令和3年3月28日 ~ 令和3年4月24日生まれ 12ヵ月児 令和2年10月28日 ~ 令和2年11月24日生まれ

～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・妊婦健康診受診票発行日	9時~12時
南地区集会場健康相談	9時30分~10時30分
わくわくデー(ちびっこ運動会)	10時30分~11時30分 *子育て支援センターに申し込みが必要です。
山手フレッシュ調理実習	10時~
3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(仮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*健康管理センター(仮22-2219)に申し込みが必要です。
リフレッシュ講座(ヨガ)	10時~11時30分 *子育て支援センターに申し込みが必要です。

今月は献血があります

11月8日(月)

- ★本別町役場 10:00~12:00
- ★本別町役場 13:20~14:30
- ★総合ケアセンター(太陽の丘) 15:00~16:00

11月9日(火)

- ◆ふれあい交流館 10:00~11:00
- ◆北海道立農業大学校 11:45~13:20
- ◆本別町農業協同組合(生産資材センター南側) 15:00~16:00

本別白鳩会(RH-)では、随時、会員募集中!!
お問い合わせは、健康管理センター(22-2219)まで



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~
	11月19日(金)・11月26日(金)		12月1日(水)
	12月3日(金)・6日(月)		12月15日(水)

◎対象 年度内(令和3年4月1日~令和4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、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。