

国民健康保険・後期高齢者医療制度の健康診査の実施

町では、国民健康保険被保険者で40歳以上の方、後期高齢者医療保険被保険者の方、若年層（18歳から39歳）の方向けに、健康診査を無料で実施します。

ご自身の健康状態を把握し、生活習慣病などの予防や改善のために、ぜひ健診を受診しましょう。

【対象者】

- 国民健康保険被保険者で40歳以上の方
- 後期高齢者医療保険被保険者の方
- 若年層（令和5年4月1日時点で、18歳から39歳の方。加入の健康保険は問いません。）
 - *国民健康保険と後期高齢者医療保険の方の受診券は、対象の方に5月中旬頃にお送りします。
 - *長期入院中の方や施設に入所されている方は対象外です。
 - *若年層の方で健診の受診を希望される方は、受診券を発行しますので、ご連絡ください。

【各健診共通事項】（個別健診）

実施期間：6月1日（木）～10月31日（火）*若年層健康診査は、3月31日まで実施します。

実施場所：町内医療機関（奥多摩病院、双葉会診療所、古里診療所）・町外契約医療機関

実施内容：問診、視診、聴打診、身体測定、血圧測定、尿検査（糖、蛋白）、

循環器検査（HDLコレステロール、LDLコレステロール、中性脂肪）、

肝機能検査（GOT、GPT、γ-GTP）、血糖検査（空腹時血糖、ヘモグロビンA1c）

*医師が必要とする方に対しては、貧血検査（赤血球数、色素量、ヘマトクリット値）、心電図検査を実施

費用負担：無料

【留意事項】

*受診をされる際は、必ず事前に医療機関へご予約ください。

*期間終了間際になりますと、医療機関の混雑が予想されますので、早めの受診をお勧めします。

*町の国民健康保険以外の健康保険に加入している40歳以上の方の健康診査については、ご加入の健康保険組合がお勤め先にお問い合わせください。

【集団健診について】

個別健診を期間内に受けられない方向けに、今年度も集団健診を実施する予定です。

*詳細は、広報おくだまで改めてお知らせします。

※問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777

“ごみを減らす10アクション”（食品ロス削減への取組）

4月号の食品ロスに関するお知らせは、“家庭系食品ロスの主な発生要因”と“東京都が2020年1月に行った「食生活と食育に関する世論調査」のうち、食品ロス削減につながる行動を何かしているかと聞いた質問で、最も多かった回答を紹介します。

主な発生要因は、買い過ぎや作り過ぎ、食べ残しなどであるとのことで、これはみなさんも納得いただけると思います。また、食品ロス削減につながる最も多かった行動として、「賞味期限を正しく理解し、期限が過ぎてもすぐに捨てずに食べられるかどうか判断している」との回答結果で、全体の約63%でした。3月号の広報で、賞味期限と消費期限についてお知らせしていますので、もう一度、確認してみてください。食品ロス削減には、一人ひとりの意識と行動がかかせません。引き続き情報発信をしていきますので、食品ロスを意識した生活習慣を心がけてください。一人ひとりの行動が、町全体では大きな食品ロス削減、ごみの減量化につながります。

※問い合わせは、環境整備課（クリーンセンター） ☎ 83-2367