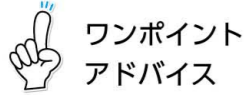


健康ひろば

みんな健康！
元気・いきいき寄居町！



子宮頸がん・乳がん検診を受けましょう！



町の子宮頸がん・乳がん検診を受けていますか？ 2人に1人がかかるといわれている「がん」ですが、早期発見することで生存率が高まります。ご自身の健康のため、家族のために、がん検診を受けましょう。

早期発見しやすい「子宮頸がん」

子宮頸がんは、ヒトパピローマウイルス（HPV）が子宮頸部へ感染することで発症します。初期症状がほとんどなく、自覚症状が現れるころには病状が進行しているケースが少なくありません。しかし、検診を受けることで、がんになる前段階の正常でない細胞の発見が可能になり、早期治療へとつなげることができます。

女性がかかるがんで最も多い「乳がん」

年間約5万人が乳がんになり、約1万

人の方が亡くなっています。乳がんは自分でも発見できるがんといわれています（本誌3月号をご覧ください）。日頃の自己検診と、乳がん検診で早期発見につなげましょう。

今年度から、乳がん検診は個別検診実施医療機関でも受けられるようになりました。詳細は本誌5月号をご覧ください。また、個別検診実施医療機関が新たに2施設追加となりましたので、この機会に受診しましょう。

乳がん検診対象者（個別・集団共通）

- ①40歳以上で、今年度偶数年齢になる方
 - ②今年度奇数年齢で昨年度未受診の方
 - ③昨年度受診者で乳房レントゲン検査（マンモグラフィ）を受けていない方
- ※②③は深谷寄居医師会メディカルセンター（☎570・6111）に電話して受診対象になるか確認してください。

新規実施医療機関

| 医療機関・電話番号 | 所在地 | 検査方法 | |
|-------------------------|-------------|------|---|
| | | ① | ② |
| 埼玉よりい病院 ☎579・2788 | 寄居町用土395 | ○ | — |
| こくさいじクリニック ☎551・2525 | 深谷市国済寺347-1 | ○ | ○ |

※検査方法

- ①超音波検査（エコー検査）
- ②乳房レントゲン検査（マンモグラフィ）

7月の保健事業

📎持ち物 📎要事前予約 📎健康福祉課（保健指導班）（☎581・2121内線211・212）
※ご注意ください！ 乳幼児健康診査の実施場所は役場7階です。

乳幼児健康診査

| 種別 | 日 | 場所 | 対象 | 受付時間 |
|------------|--------|----------|----------|-------------|
| 4,5カ月児健康診査 | 23日(火) | 健診室 役場7階 | 平成31年2月生 | 13:30~14:00 |
| | | | 平成31年3月生 | 14:00~14:30 |
| 10カ月児健康相談 | 9日(火) | 健診室 役場7階 | 平成30年8月生 | 13:30~14:00 |
| | | | 平成30年9月生 | 14:00~14:30 |
| 3歳児健康診査 | 11日(木) | 健診室 役場7階 | 平成28年1月生 | 13:30~14:00 |

※駐車場が混み合うことが予想されますので、余裕をもってお越しください。
📎母子健康手帳、役場からの通知、お子さんの歯ブラシ、3歳児は尿の入ったビニール袋

こころの健康相談

| 日 | 時間 | 場所 | 対象 |
|--------|-------------|-------------------|-------------------------------|
| 17日(水) | 13:30~14:30 | 役場2階 健康福祉課（保健指導班） | こころの健康について悩みをお持ちの方、その家族および関係者 |

女性がん（子宮頸がん・乳がん）集団検診

6月18日(火)~7月5日(金)の15日間実施します。
詳細は本誌5月号をご覧ください。



健診結果相談会

| 日 | 受付時間 | 場所 | 対象 |
|--------|-------------|-------------|--------------------------------|
| 22日(月) | 13:30~13:45 | 保健福祉 総合センター | 平成30年度に健診を受けた方で、結果相談会を利用していない方 |

📎健診結果通知、健康手帳（お持ちの方）、スマイルポイントカード

ふるさと健康体操（生活習慣病予防軽運動教室）

| 日 | 時間 | 場所 | 対象 |
|----------------------|-------------|-----------------|--------|
| 5日、12日、19日、26日（各金曜日） | 16:00~17:00 | 保健福祉 総合センター | 町内在住の方 |
| 18日(木) | 10:00~11:00 | 総合体育館・アタゴ記念館剣道場 | |

※5日はふるさと健康体操、そのほかの日は自主活動日。
📎運動しやすい服装、スマイルポイントカード



6月から8月は

農薬危害防止運動期間です！

国では、毎年6月から8月の3カ月間、農薬の使用に伴う事故・被害を防止するため「農薬危害防止運動」を実施しています。農薬は適正に使用し、事故を防止しましょう。

▶状況に応じた適切な防除を

病虫害や被害発生の早期発見に努め、発生状況に応じた適切な防除を行いましょう。病虫害の発生や被害を確認せずに、定期的に農薬を散布することはやめましょう。

▶農薬を使用しない方法を

害虫を捕殺する、被害を受けた枝や葉を切り取る、虫が寄りつかないように網をかけるなど、農薬を使わなくてもできる防除を優先して行いましょう。

▶やむを得ず農薬を使用するときは

農薬のラベルや袋に表示されている使用基準や使用上の注意事項を必ず確認してから使いましょう。誤飲等の事故を防止するため、小分けは絶対に行わず、鍵をかけて安全に保管しましょう。また、飲食物の容器（ペットボトル等）を農薬の容器として用いないでください。

▶散布は最大限の配慮と細心の注意を

農薬の散布区域は最小限の範囲に留めましょう。また、無風や風が弱いとき、早朝等、天候や時間帯を選んで行いましょう。

▶事前に十分な周知を

農薬を散布するときは、散布日時や使用する農薬等を、あらかじめ周囲に住んでいる方や近くを通行する方に看板等で十分伝えましょう。近隣に学校や通学路がある場合は、学校や保護者にも周知してください。また、散布中や散布後も看板等を配置して、散布区域に関係者以外の方が立ち入らないようにしましょう。

- 📍 県業務課（☎048・830・3633）
- 📍 県農産物安全課（☎048・830・4053）
- 📍 熊谷保健所（☎523・2811）

年金特報

年金についての情報を毎月お届け！ 今月は「保険料の免除・納付猶予制度」

免除制度

失業などで所得が少なく、本人と配偶者、世帯主の前年所得が一定額以下の場合に保険料の納付が全額、または一部免除されます。

納付猶予制度

世帯主の前年所得が基準超過で免除に該当しない場合でも、50歳未満の方で、本人と配偶者の所得が一定額以下の場合、納付猶予となります。学生の方は、学生納付特例制度が利用できます。

- ▶必要なもの／認印、年金手帳、身分証明書等
- ▶申請／町民課、または熊谷年金事務所へ申請してください。

※令和元年度分（令和元年7月～令和2年6月）の申請は7月から受付を開始します。

- ▶審査結果／申請から約3カ月後に、日本年金機構から申請者の住所地に送付されます。保険料を納付せずにお待ちください。



承認期間

免除・猶予の対象となった期間は、老齢基礎年金の受給資格期間に算入され、老齢基礎年金額は免除割合に応じて計算されます（全額免除や一部免除の承認を受けた期間がある場合には、国民年金保険料を全額納付したときに比べ、将来受け取る老齢基礎年金が少なくなります。納付猶予になった期間は、年金額には反映されません）。

追納できる期間（10年以内）に納めることで、老齢基礎年金の保険料納付済期間となります。また、ケガや病気で障害や死亡といった不慮の事態が発生した場合、障害年金や遺族年金を受け取るために必要な期間の対象となります。

※一部免除（4分の3・半額・4分の1）に承認された方は、免除された額を差し引いた金額を納めていないと「未納」とみなされます。審査後に減額分の納付書が発行されますので、納め忘れのないようご注意ください。

📍 熊谷年金事務所（☎522・5012）

📍 町民課（☎581・2121内線111）

※問い合わせの際、年金番号・住所・氏名・生年月日を確認させていただきます。