

健康ひろば

みんな健康！

元気・いきいき寄居町！



ワンポイント
アドバイス

受けよう！がん検診 個別検診のすすめ



国では、がん検診の受診率の目標を50%にしていますが、町ではどれくらいの方が受診されているかご存じですか？ 町の受診率は下表のとおりで、国の掲げる目標には、はるかに届きません。がんは、今や国民の2人に1人がかかるといわれています。多くの方が罹患する可能性がありながら「自分は大丈夫」、「がんが見つかったら怖い」と受診しない方も多いようです。

がん予防には、がんにかかるリスクの高い、喫煙や飲酒、食生活、運動不足など、生活習慣の改善が重要となりますが、これらのリスクをまったくなくすことはできません。そこで重要となるのが「がん検診」です。ほとんどのがんは、初期には自覚症状がありません。初期の段階でがんを発見できれば、適切な治療で完治したり、5年生存率も高くなったりします。

町では、胃がん検診（胃内視鏡検診）、乳がん検診に加え、今年度から子宮頸がん検診も個別検診で受けられるようになりました。町と契約した医療機関で受診する個別検診は「かかりつけ医で受診できる」、「日時が選びやすく受診機会が増える」などの利点があります。自分自身やあなたを必要とする人のためにも、がん検診を継続的に受けましょう。

胃がん検診（胃内視鏡検診）は4月から（詳細は本誌4月号）、子宮頸がん・乳がん検診は6月から（詳細は本誌6頁）受託医療機関で受診できます。検診の実施期間は令和3年2月28日までです。期間終了間近の受診は混み合い、予約が取りにくくなりますので早めの予約をお願いします。

▶平成30年度寄居町がん検診受診率

	胃がん	肺がん	大腸がん	子宮頸がん	乳がん
受診率	11.5%	14.4%	13.8%	11.8%	8.8%

6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

●乳幼児健康診査

種 別	日	場 所	対 象	受付時間
1歳6カ月児健康診査	11日(木)	役場7階健診室	平成30年10月生	実施を含めて通知でお知らせします。
3歳児健康診査	18日(木)		平成30年11月生	
			平成28年12月生	

※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
10日(木)	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

新型コロナウイルス感染症の影響による保健事業の中止について

6月中	ふるさと健康体操 (生活習慣病予防軽運動教室)
6月3日(水)	ひよこ教室(離乳食実習教室)
6月8日(月)	健診結果相談会
6月16日(火) ～7月3日(金)	女性がん集団検診
6月30日(火)	すくすく相談(乳幼児健康相談)

新型コロナウイルスに関する相談窓口

県民サポートセンター
24時間受付

☎0570・783・770

お知らせ



お知らせします！ 空間放射線量測定結果

町では、町内の地表面における平均的な空間放射線量の残留状況を把握するために、測定を行いましたのでお知らせします。測定は、空間の放射線（ γ 線）の強さを計測できる校正済みのNaIシンチレーション式サーバイメータ（TCS-172B）を用いて、測定地点ごとに地上1メートルの高さで行いました。いずれの数値も、国が示す土壌等の除染等の措置を必要とする目安である $0.23\mu\text{Sv/h}$ を下回っています。各地区の放射線量については、町公式ホームページをご覧ください。

▶測定結果

最小値	$0.044\mu\text{Sv/h}$
最大値	$0.080\mu\text{Sv/h}$
平 均	$0.056\mu\text{Sv/h}$

※シーベルト（Sv）
放射線が人体に与える
影響を表す単位

なお、町では予約制で放射線量測定器の貸し出しを行っています。身近な生活空間での放射線量を計測したい方は、生活環境エコタウン課へお問い合わせください。

☎生活環境エコタウン課 ☎581・2121内線223・224

お知らせ



お知らせします！ ダイオキシン類実態調査結果

町では、一般環境中（大気）におけるダイオキシン類の現状を把握することを目的に、調査を実施しています。令和元年度の調査結果は下表のとおりとなり、両調査地点で大気中の環境基準値である 0.6pg-TEQ/m^3 を下回っていました。

▶実態調査結果（調査日:令和2年1月21日～28日）

単位：pg-TEQ/m³

調査地点	濃度	参考（H29年度）
①五ノ坪集落農業センター	0.0210	(0.082)
②西部コミュニティセンター	0.0095	(0.084)

※pg:ピコグラム(Picogram;1兆分の1g)

※TEQ:毒性等量(毒性の違うダイオキシン類を、最強の毒性を有するダイオキシン(2,3,7,8-テトラクロロジベンゾ-パラ-ジオキシン)の量に換算した量として表していることを示す記号)

ダイオキシンの削減にご協力を！

大気中のダイオキシンは、野外焼却をすると増加します。違法な野外焼却は罰則の対象になりますので、家庭から出るごみは分別し、決められた収集日に集積所へ出しましょう。

☎生活環境エコタウン課 ☎581・2121内線223

年金特報

年金についての情報を毎月お届け！ 今月は「国民年金の任意加入制度」

老齢基礎年金を満額（今年度は年額78万1,700円）で受給するためには、20歳から60歳までの40年間、国民年金保険料を納める必要があります。次の要件に該当する方は、申し出により国民年金に任意加入することで、受給額を増額させることができます。

▶申し込みできる方と加入目的

①日本国内に住所がある方（60歳から65歳になるまでの間）

- 未加入期間や保険料未納等があるため、年金受給額を満額に近づけたい方
- 年金加入期間が短く、年金を受け取るための必要な期間（受給資格期間）を満たしていない方（昭和40年4月1日以前に生まれた方に限り、70歳までの間で受給資格（10年）を満たすまで加入可）

②海外に居住する20歳以上65歳未満の日本国籍の方

海外在住期間は国民年金の資格を失います。任意加入して保険料を納付することで、海外在住期間の死亡・病気やケガで障害が残った場合の遺族基礎年金や障害基礎年金の支給要件に該当することがあります。

▶留意事項

- 任意加入期間中は、保険料免除、学生納付特例、納付猶予の申請はできません。
- 老齢基礎年金を繰り上げ受給している方、厚生年金・共済組合等に加入している方は任意加入できません。
- 受給額をさらに増やしたい方は、付加保険料（月額400円）を同時に申し込めます。

▶加入方法

- 加入日／申し出た日（日本国内に住所がある方は、60歳になる日の前日から加入可）
- 必要書類／本人確認ができるもの、年金手帳、印鑑、預金通帳、預金通帳届出印、マイナンバーが分かるもの
- 保険料納付方法／口座振替（原則）
※「当月末振替」や「前納（まとめたの前払い）」などの振替方法を選択すると、保険料が割引されます。
- 申し込み先／町民課（海外居住中の方は年金事務所）
※代理の方の申請には委任状が必要です。

☎熊谷年金事務所 ☎522・5012

☎町民課 ☎581・2121内線111・112