

# 健康ひろば

みんな健康！  
元気・いきいき寄居町！



「要精密検査」となったら  
必ず検査を受けましょう！



## がん検診を受けて検診結果を生かしましょう

「日本では2人に1人ががんにかかり、3人に1人ががんで死亡する」といわれていますが、現在は検査法や治療法が進み、早期に発見、早期に治療すれば「がんは治せる病気」になっています。町では、各種がん検診を、幅広い対象年齢を設け実施しています。がんの早期発見に最も有効ながん検診を定期的に受けて検診結果を生かしましょう。

### がん検診を受けて「要精密検査」となったら…

検診の結果、多少でもがんの可能性が疑われる場合に「要精密検査」となり、必要な検査を受けてがんであるかどうかを確かめる必要があります。

「痛みや出血等、気になる症状がない」、「忙しくて病院に行けない」、「以前も要精密検査になったので検査を受けたが、異常がなかった」等の理由で、そのままにしまうと、せっかくがん検診を受けてもがんの発見につながりません。また、がんは自覚症状がないことも多く、検査でがんを早期に発見することで早期に治療を行うことが可能になります。

「要精密検査」となったら、必ず医療機関で検査を受けましょう。

### 「異常なし」の方は、引き続きがん検診を定期的に受けましょう

#### がん検診を受けていただく際の注意点

- 町のがん検診で「要精密検査」となり医療機関で検査を受け、経過観察が必要と診断された場合は、以後、町のがん検診ではなく医療機関での定期的な経過観察を受けてください。
- 痛みや出血等、何らかの自覚症状がある場合は、町のがん検診は受けられません。早急に医療機関で検査を受けてください。

## 4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

※新型コロナウイルス感染症等の影響で変更になる場合は町公式ホームページ等でお知らせします。  
※感染症対策のため、受付の際に当日の体調確認を行いますので、必ず検温してからお越しください。また、終了後は速やかにお帰りください。

### ● 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	15日(木)	役場7階健診室	令和元年8月生 令和元年9月生	通知でお知らせします。
3歳児健康診査	8日(木)		平成29年10月生	

☎母子健康手帳、役場からの通知、3歳児は尿の入ったビニール袋、お子さんの歯ブラシ

※新型コロナウイルス感染症等の影響で変更になる場合は、対象者にご連絡します。

### ● 心の健康相談 ☎

日	時間	対象
21日(木)	13:30~14:30	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

※相談場所は予約の際にお伝えします。

### 新型コロナウイルスに関する相談窓口

受診・相談センター ☎048-762-8026 FAX 048-816-5801 月～土曜日(祝日を含む) 午前9時～午後5時30分  
県民サポートセンター ☎0570-783-770 FAX 048-830-4808 24時間、年中無休



## こころのサインに気付いてください

～3月は自殺対策強化月間です～

日本では、昨年1年間で2万919人もの尊い命が自殺によって失われています(前年比750人増加)。自殺は、大切な人との死別体験、身体の不調や仕事、生活問題など、さまざまな要因が複雑に関係して心理的に追い込まれた末の死です。

現在、新型コロナウイルス感染症の影響により、感染への不安に加え、生活様式の変化や仕事への不安から、心身に不調を感じている人も少なくありません。自身や周囲の人が、不眠や体調不良等の自殺の危険を示すサイン(変化)に気付くことは、かけがえのない命を守ることへとつながります。

次の相談機関において相談を受け付けていますので、気軽にご利用ください。

☎健康福祉課(保健指導班)  
(☎581・2121内線213・214)

### 一人で悩まず相談を

- ▶ 埼玉いのちの電話 ☎048-645-4343 (24時間、365日)
- ▶ 埼玉県こころの電話 ☎048-723-1447 (月～金曜日、午前9時～午後5時、祝日除く)

### 心の健康についての相談(精神疾患、うつ病、依存症等)

- ▶ こころの健康相談 本誌13頁をご覧ください。
- ▶ 熊谷保健所 ☎048-523-2811 (月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分、祝日除く)
- ▶ 埼玉県立精神保健福祉センター ☎048-723-6811(相談予約専用電話) (月～金曜日、午前9時～午後5時、祝日除く)  
※ご遺族からのご相談も承っています。

## 年金特報

年金についての情報を毎月お届け! 今月は「あなたの疑問にお答えします!」

### Q. 国民年金のメリットは?

A. 大きく3つあります。

#### ① 老後を支える終身保障

老齢基礎年金は、一生涯の保障として老後の生活をサポートします。保険料の納付期間が長いほど、老後に受け取る年金額も多くなります。

#### ② 不測の事態に備える保険としての年金

国民年金加入者が病気やけがで障害が残ったときは、その程度に応じて障害基礎年金が支給されます。また、死亡したときは、納付状況や遺族との生計維持関係などにより、遺族基礎年金や死亡一時金等が支給されます。

※国民年金保険料の未納があると、障害・遺族基礎年金等の受給ができない場合があります。納付が困難な場合は、免除・納付猶予制度をご利用ください。

#### ③ 税金の負担が軽減

納めた国民年金保険料は、全額「社会保険料控除」の対象となります。

### Q. 年金手帳を紛失したときは?

A. 次の方法で再交付が受けられます。

- ▶ 国民年金第1号被保険者・任意加入被保険者  
⇒役場町民課で手続き。約1カ月後に日本年金機構から郵送されます。
- ▶ 国民年金第2号被保険者  
⇒勤務先を通じて年金事務所へ届出を提出。
- ▶ 国民年金第3号被保険者  
⇒配偶者の勤務先を通じて年金事務所へ届出を提出。  
※既に年金を受給されていて、お手元に年金証書がある方は、再発行する必要はありません。

### Q. 年金手帳の即日交付を希望する場合は?

- A. 本人確認できる身分証明書を持参し、年金事務所の窓口へお申し出ください。  
※代理人が年金手帳の交付を申請した場合、後日、本人の住所地に郵送されます。

☎熊谷年金事務所(☎522-5012)または町民課(☎581-2121内線111)