

10月21日～27日は

「精神保健福祉 普及運動週間」

です！

最近、うつに関する新聞広告やテレビコマーシャルなどを目にする機会が多くなり、このころの病気に對する関心が高まってきました。しかし、体の病気に比べると、相談や受診に抵抗がある方が多いようです。このころの病気は本人や家族が抱え込まないことが大切です。

保健福祉総合センターでは「このころの健康相談」を実施していますので、まずは気軽にご相談ください。毎月1回予約制となりますので、詳細は本誌21ページをご覧ください。

また、このころの病気には統合失調症、躁うつ病、アルコール依存、薬物依存、認知症など、医療機関への定期的な通院および服薬が必要なものが、時には長期にわたる治療を要します。そのため、経済的負担を軽減する「自立支援医療（精神通院）」や、日常生活や社会生活の制約がある方が受ける制度として「精神障害者保健福祉手帳」があります。いずれの制度も、認定を受ける必要がありますので、申請等の手続きにつきましても担当までお問い合わせください。

問い合わせ／このころの健康相談については保健福祉総合センター（☎581・8500）、自立支援医療・精神障害者保健福祉手帳については健康福祉課（☎581・2121内線121）へ。



特定健診やがん検診等のお申し込みはお済みですか？



町では9月から10月にかけて、国民健康保険特定健康診査・後期高齢者医療健康診査・健康診査（健康増進法）がん検診を実施しています。11月から来年の1月までの期間は、深谷市・大里郡医師会メヂカルセンターを会場に引き続き実施します。

予約方法は、深谷市大里郡医師会メヂカルセンターの予約専用ダイヤル（☎048・572・2411）への電話予約となります。健診内容などの詳細は、本誌8月号でご確認ください。

また、寄居町国民健康保険および後期高齢者医療制度加入者を対象に、各種ドックの受診費用助成も実施していますので、ご自身とご家族の健康管理にお役立ててください。

ジェネリック医薬品を上手に活用しましょう

ジェネリック医薬品とは、新薬の特許期間などが過ぎた後に他のメーカーから製造販売される同じ有効成分・同じ効き目の医薬品です。開発コストが少ないため、先発医薬品よりも安価な場合が多く、保険医療費の抑制効果も期待されています。医療機関で出された処方せんをもとに薬局で受け取るお薬は、患者さん自身が医師や薬剤師と相談したうえで、先発医薬品かジェネリック医薬品かを選ぶことができます。ジェネリック医薬品を正しく理解して上手に活用しましょう。

ジェネリック医薬品 利用差額通知をお送りします

町の国民健康保険は、急速に進む高齢化や医療技術の高度化等に伴う医療費の伸びなどによって、近年赤

健康づくり・チャレンジポイント対象事業

健診結果相談会（個別・予約制）

のお知らせ

健診結果の疑問点や「ちょっと気になるところ」の相談を個別にお受けします。

対象／今年度、町の健康診査を受診された方
定員／1日25人（要予約・先着順、1～3月は1日15人）
持参するもの／健診結果通知、健康手帳（既にお持ちの方）
内容／血圧測定、看護職による個別相談（30分程度）
申し込み・問い合わせ／保健福祉総合センター（☎581・8500）へ。

日程等／

場所	日時	
保健福祉総合センター (ユウネス)	10月30日(水)	①午後1時15分～1時45分
	11月11日(月)	②午後2時00分～2時30分
	12月9日(月)	③午後2時45分～3時15分
	1月20日(月)	④午後3時30分～4時00分
	2月17日(月)	⑤午後4時15分～4時45分
3月17日(月)	※1～3月の予約時間は、①～③の時間のみに なります。	
寄居町役場402会議室	11月19日(火)	

10月17日～23日は「薬と健康の週間」です！

現在使用している医薬品の効能効果、副作用について正しく理解していますか。かかりつけ薬局はありますか。

医薬品は、誤った使い方をするとお薬の作用がでることがあります。薬を安心して使うために、相談しやすく、薬の情報や健康上のアドバイスなどいろいろなことを教えてくれる、そんなかかりつけ薬局を見つけましょう。

「薬を飲むときの注意点」

1. 服用時間、用法、用量を正しく守りましょう
2. 飲んでる薬について正しく理解しましょう
3. わからないことは、医師、薬剤師などの専門家に相談しましょう
4. 光や熱、湿気などによって品質が低下することがあるので、注意して保管しましょう

問い合わせ／熊谷保健所（☎523・2811）へ。

健康づくり・チャレンジポイント対象事業

健康長寿サポーター養成講習

県では、自らの健康のため正しい生活習慣を身に付け実践していくとともに、ご家族や周囲の方にも健康づくりに役立つ情報を広める「健康長寿サポーター」を2年間で3万人養成することを目標に、講習等を行っています。これから健康づくりを始めたい方、既に取り組んでいる方、ぜひご参加ください。

日程等／

日時	場所	内容
10月31日(木) 午前9時15分～11時	総合体育館・ アタゴ記念館 剣道場	・健康長寿サポーター養成の講義(45分) 「あなたの生活習慣総点検&健康づくり取組み報告会」 ・ふるさと健康体操(60分)、軽体操、ストレッチ、軽い筋トレ

定員／30人(申し込み順)

持参するもの／上履き、運動しやすい服装、筆記用具、タオル、飲み物

費用／無料

申し込み／講習会の前日までに、保健福祉総合センターへお申し込みください。

問い合わせ／保健福祉総合センター（☎581・8500）へ。

年金 あれこれ

ご存知ですか？障害基礎年金

国民年金の加入中に初診日がある病気やケガなどで障害の状況になったとき、障害認定日（初診日から1年6カ月を経過した日）、またはその期間内に症状が固定した日）に障害等級1級、または2級に該当した場合は、障害基礎年金を受け取ることができます。

ただし、初診日の前々月までの加入期間のうち、3分の2以上の年金保険料を納めていること、特例として初診日の前々月までの直近の1年間に保険料の滞納がないことが要件となります（免除・若年者猶予・学生納付特例期間は、保険料を納めた期間と同じように扱われます）。

なお、20歳前に初診日がある病気やけがによって障害の状態になった方は、障害等級の1級、または2級に該当すれば20歳から（障害認定日が20歳以前ならば）受給することができます。ただし、本人に一定額以上の所得や他年金の受給がある場合は、支給が制限されることもあります。

障害年金等の請求を行うとき、その障害の原因となった傷病で初めて受診した医療機関の初診日を明らかにすることが大切になります。

障害基礎年金と身体障害者手帳では、制度の仕組みが異なるため障害認定基準が違います（身体障害者手帳が1級や2級であっても、障害基礎年金が1級・2級に該当するとは限りません）。

問い合わせ／熊谷年金事務所（☎522・5012）、保険年金課（☎581・2121内線112）へ。