

健診を受けて健康状態をチェックしましょう



町が実施する健診を受診して健康を保ちましょう

■命に関わる病気を予防するために健診を受けましょう

病気の中には、発熱・腹痛などのように症状がはつきり現れるものと症状が分かりにくいものがあります。生活習慣病は、自覚症状がないままに進行し脳こうそくや心筋こうそくなど命にかかわる病気の発症要因となるものです。

しかし、健診で生活習慣病を早期発見された人の場合の多くが、生活習慣の見直しや適切な投薬治療により症状が改善し、重症化の予防につながっています。

健診を受けることで、自分の健康状態を確認し生活習慣病を予防することができます。重症化する前に受診することがとても重要です。

Q あなたはどのようにして健診を受けないのですか

A 健康なので受診する必要がない…というあなた

実は、知らないうちに病気の芽が出ているかもしれません。

生活習慣病は、初めのうちは自覚症状がまったくありません。気付いたときにはもう手遅れというケースもあります。健康自慢のあなたにこそ、健診を受けていただきたいのです。

A 受けに行くのが面倒くさい…というあなた

実は、病気になってしまったらもっと面倒です。

手遅れになってから病気が見つかったら、病院のベッドの上であなたは「もしも、健康だったあのときに時間が戻せるなら、絶対に健診を受けに行っておけば良かったのに…」と思うでしょう。今がまさに「健康だったあのとき」です。ぜひ、健診を受診してください。

■町の健診は自己負担金も少ないのでおすすめです。

自身で健診を受けると多くの費用が掛かってしまいますが、町が実施する各種健診では、費用の一

皆さんも健診を受けて自身の健康状態を把握し生活習慣の見直しに取り組んで元気に生活しましょう

部を町が負担しますので個人負担金も安く済みます。ぜひ、ご利用ください。

■町が実施する健診について

●特定健診・若者健診

▼実施期間

7月7日(火)～14日(火)

※10日(金)は除きます

▼対象者

国民健康保険加入者で20～74歳までの人

▼個人負担金

1,000円

(町負担分：約7,700円)

▼健診内容

体格検査、血液検査、尿検査、

血圧測定、心電図検査、医師の診察など

●後期高齢者健診

▼実施期間

8月19日(水)～21日(金)

▼対象者

75歳以上の人および一定の障害がある65歳以上の後期高齢者医療被保険者

▼個人負担金

800円

(町負担分：約7,700円)

▼健診内容

体格検査、血液検査、尿検査、

血圧測定、心電図検査、医師の診察など

●後期高齢者健診

▼実施期間

8月19日(水)～21日(金)

▼対象者

75歳以上の人および一定の障害がある65歳以上の後期高齢者医療被保険者

▼個人負担金

800円

(町負担分：約7,700円)

血圧測定、心電図検査、医師の診察など

※右でご案内しました健診と併せて「がん検診」も実施しますが、検査の種類により対象年齢と個人負担金が異なります。

詳しくは、4月に配布しました「町健診のお知らせ」をご覧ください。

なるか、町総合保健福祉センターへお問い合わせください。

▼お問い合わせ先

町住民生活課

096-234-1113

(内線106)

✉ klg204@town.kosa.lg.jp

健診の申し込み先

町総合保健福祉センター

096-235-8711

✉ klg13@town.kosa.lg.jp

健診の申し込み先

町総合保健福祉センター

096-235-8711

✉ klg13@town.kosa.lg.jp

健診の申し込み先

町総合保健福祉センター

096-235-8711

✉ klg13@town.kosa.lg.jp

健診の申し込み先

町総合保健福祉センター

096-235-8711

✉ klg13@town.kosa.lg.jp

健診の申し込み先

町総合保健福祉センター

096-235-8711

✉ klg13@town.kosa.lg.jp

農業者年金

農業者の将来を支える
農業者年金制度にご加入を



農業の担い手への政策支援もあります

■ 誰でも加入できる豊かな老後
を支える公的な年金制度

農業者年金制度は、農業者の豊かな老後を過ごすことができるように国民年金（基礎年金）に上乗せできる公的な年金制度です。

60歳未満の国民年金第1号被保険者（国民年金保険料納付免除者を除く）で、年間60日以上農業に従事している人は誰でも加入できますし、加入すると多くの優遇制度があります。

● 農業者年金の特徴

○ 少子高齢化に強い年金制度
自ら積み立てた保険料とその運用益により将来受け取る年金額が決まる積立方式なので、加入者・受給者数に左右されず、少子高齢化が進んでも制度の安定性は損なわれません。

○ いつでも見直しできる保険料
保険料は、自分が将来必要とする年金額に向けて自由に設定することができ、現在の経営状況や老後の人生設計に応じて、いつでも見直しができます。

○ 早期死亡の際には死亡一時金
仮に80歳で亡くなった場合、それまでに受け取れるはずだった年金額の現在価値に相当する額が遺族に死亡一時金として支給されます。

○ 保険料が社会保険料控除対象
支払った保険料の全額が社会保険料控除の対象となり所得税および住民税の節税につながります。また、将来受け取る年金は、公的年金等控除が適用されます。

○ 保険料の国庫補助
認定農業者などの一定の要件を満たす場合は、保険料の国庫補助（月額最大1万円）があります。

● 農業者年金に加入すれば
終身年金である農業者年金は原則65歳から生涯受け取ることができ、保険料月額2万円、40年間加入し、65歳までの運用利回りが2・5割でそれ以降の予定利率が1・05割だった場合、年額で男性約84万円、女性約71万円が支給されます。

男女共同参画

■ 「イクメン」などの皆さんを
ご紹介

住民の皆さんに、男女共同参画について考えていただくために、「家事男（カジダン）・男の人が進んで家事を行うこと」、「育爺（イクジイ）・孫の育児を手伝うおじいさんのこと」、「イクメン（育児に励む男の人のこと）」の皆さんをご紹介します。

■ 家族とのふれあいを大切に

わが家は、妻と息子の3人家族です。私の仕事は、勤務が不規則で「週末に家族で出かける」、「夕食を一緒に食べる」などという事がなかなかできません。だから、息子が学校から帰って来た時に読むよう手紙を書いたり、朝「おは

家事や子育てに奮闘する
男性をご紹介します ⑬



明るく笑いの絶えない家庭を作りたい

よう」のあいさつをしてから寝るようにするなど、努力して息子とのコミュニケーションを取るようになっています。

家に居る時は、よく「決闘」という名の戦いごっこをやっています。何か発散させてあげたいのとゲームの世界には無い生身の痛さ（パンチすると相手も自分も痛いこと）や、相手のある難しさを少しでも分かってほしいと思っています。今のところ、私は受け身専門ですが、最近体も大きくなり結構痛いのが入る事もあるので要注意です。

私が息子によく言うことは、「嫌な事からやろう」です。休みの日の朝や、学校から帰ってから「宿題を済ませる」。後回しにしてもどうせしなければならぬ事だったので先に終わらせようというのです。返事は決まって「えー」ですが、しぶしぶやり始めてくれる毎日です。これは、息子に言いながら自分に言い聞かせているところもあります。

まだまだ先は長いですが、心身ともに鍛え息子と2人3脚で明るく笑いの絶えないイクメンの道を歩んで行きたいと思っています。（左 奥さん頼りにしていますよ。（左 枝嘉博さん・北早川区）

町農業委員会（町産業振興課内） ☎ 096-234-1176（内線 153） ✉ klg207@town.kosa.lg.jp

町総務課 ☎ 096-234-1140（内線 222） ✉ klg202@town.kosa.lg.jp