

1に運動 2に食事 しっかり禁煙

良い生活習慣は 気持ちいい!!!



特定健康診査の受診券と
受診案内は届きましたか？

特 定健康診査は、医療保険者
(国保、社保等)に加入し

ている40歳以上の被保険者・被
扶養者を対象とする内臓脂肪型
肥満に着目した健診です。元々
は成人病健診や循環器健診と言
われていました。

日本人の生活習慣の変化によ
り、近年、糖尿病などの生活習
慣病有病者、予備群が増加して
いて、生活習慣病が原因の死亡
については、全体の約3分の1
にものぼると推測されています。
特定健康診査は、40〜74歳の方
が、年1回受診して「メタボリ
ックシンドローム」と予備群の
早期発見と保健指導を行い、発
病リスクを改善し、洞爺湖町の
医療費の6割〜7割を占める生
活習慣病を減らそうという試み
です。

ご自身の生活習慣を見直すため
に、積極的に受診しましょう！

国民健康保険に加入者してい
る人は、町が委託契約している
医療機関で、随時受診が可能です。
健康福祉センターさわやかや

健康福祉センターさわやかや

洞爺ふれ愛センターで受診され
る場合は、事前予約が必要で
すが、がん検診・肝炎ウイルス、
エキノコックスの検診を同時に
受診することができまので、
特定健診と併せてご利用くださ
い。

今年度から特定健診を受診さ
れた方に粗品(個別健診を受け
られた方には、後日送付)を差
し上げておりますので、お気軽
に受診してください。また、今
後2回目の集団健診を11月に実
施します。さらには個別健診が
随時受けられます。わからない
ことがありましたら、担当課へ
問い合わせください。

健康は一生の宝物です。時間
がないから、面倒だからなどと
言わないで生活習慣病予防のた
めに特定健康診査・保健指導を
積極的に利用し、個々人が日々
の生活の中で適度な運動習慣を
身につけ、バランスの取れた食
生活、禁煙を実践しましょう。

問合せ・受診券などに関する
こと：住民課国保医療グループ
(☎74-3002)・健診内容
や集団健診に関する予約：健康
福祉センター(☎76-4006)

国民健康保険から...

住民課国保医療グループ ☎74 3002



国民健康保険一部負担金の減額、
免除及び徴収猶予について

国 民健康保険では、災害などの特
別な理由で、一時的に一部負担
金(保険医療機関等の窓口で支払う

医療費)を支払うことが困難な場合に医療費の一部を減額、免
除及び徴収猶予する制度があります。

対象となるケースは 震災、風水害、火災その他これらに類す
る災害により死亡し、身体に著しい障害を受け、または資産に重
大な損害を受けたとき 干ばつ、冷害、凍霜害などによる農作物
の不作、不漁その他これらに類する理由により収入が減少した
とき 事業または業務の休廃止、失業などにより収入が著しく
減少したとき その他これらに類する事があったときで、対象
者は、一部負担金の支払義務を負う世帯主となります。

免除になると保険医療機関等の窓口での支払いはありません。
減額になると、窓口での支払いが2割〜6割減額となります。

減額対象の世帯主で、確実に納付できると認めるときには、徴
収が猶予されます。その場合現在の収入状況や資産の状況など
いくつかの認定基準があり、適用条件となる期間があります。そ
のほか国民健康保険税を納めることが困難な場合、申請により
国民健康保険税が減免される場合がありますので、お気軽に相
談ください。

無料低額診療事業のご案内

無料低額診療事業とは、経済的理由により適切な医療を受け
ることができない方々に対し、無料または低額で診療を行う事
業です。(社会福祉法第2条3項第9号)

対象者は、低所得者などで経済的理由により診療費の支払い
が困難な方で、診療費の自己負担分の10%または全額が減免さ
れます。ただし、医療機関によって異なります。

町内でこの事業を実施している医療機関は、洞爺協会病院の
みで、同制度の詳細な内容や申込みを希望される方は、直接、
同病院地域医療福祉連携室(☎74-2555)までお問い合わせくだ
さい。医療費の公費負担制度の活用についても、相談に応じて
います。