



がんによる死亡者数を減少させるためには、検診による早期発見と早期治療が重要です。厚生労働省では、「がん検診受診率50%以上」を目標に、10月を集中キャンペーン月間に定めています。

現在、町でも「がん」による死亡が死因の第1位を占めています。平成20年の死亡者数は総数193人のうち、がんによる死亡者は59人でした。

町のがん検診受診率は、平成21年度で肺がん検診40.3%、胃がん検診27.5%、大腸がん検診33.2%、前立腺がん検診40.7%、乳がん検診31.5%、子宮がん検診24.6%です。がん検診受診率50%達成を目指して、ぜひがん検診を受診しましょう！

10月1日から31日は
「がん検診受診率50%達成に向けた
集中キャンペーン月間」です。



がん検診 愛する家族への 贈りもの

☎ 56 9129

▼問い合わせ先＝
保険課 健康診査担当

個別健診は上三川町指定の医療機関で12月末まで実施しています。集団健診は11月まで実施しており、定員が空いている日程があります。まだ検診を受診しない方は、左記までお問い合わせください。

エプロン教室のお知らせ

いつまでもいきいきと元気に過ごせるように、町では「介護予防教室」を実施しています。10月に下表の日程で、栄養に関する介護予防教室「エプロン教室」を開催します。

「食えること」は毎日の生活の中でも楽しみのひとつ。仲間と集まりワイワイにぎやかに料理をして、楽しい時間を過ごしませんか？料理の経験の無い男性の参加、大歓迎です。

- ▼対象＝おおむね65歳以上の方
- ▼内容＝栄養講話、調理実習、会食
- ▼参加費＝100円
- ▼日程、場所、申込先

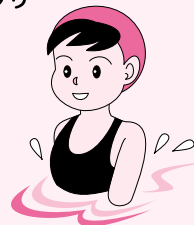
日にち	場所	参加申し込み先
10月27日(水)	東館南集会所	在宅介護 支援センター
10月28日(木)	本北コミュニティセンター	友愛苑
10月29日(金)	坂上コミュニティセンター	☎56 8885

▼問い合わせ先＝
保険課 高齢者支援係 ☎56 9129

うき浮き水中運動教室 参加者募集

食欲の秋。そして最近体重が…と気になっているあなた!!プールで楽しく体を動かしませんか？

- ▼対象＝町内にお住まいの40歳～69歳の方
(初回参加の方に限ります)
- ▼定員＝25名
- ▼日程＝11月24日～2月16日までの毎週水曜日
(12月29日を除く)
- ▼時間＝午後1時～3時
- ▼場所＝上三川いきいきプラザ
- ▼費用＝無料
- ▼内容＝ストレッチ、
筋力トレーニング、
水中トレーニング、
ボール運動など



▼申し込み・問い合わせ先＝
健康福祉課 健康増進係 ☎56 9132

高齢者・住民税非課税世帯の方に 新型インフルエンザ 予防接種費用を助成します!!

今年度は、従来行っていた季節性のインフルエンザ（A型・B型）と昨年流行した新型インフルエンザ（H1N1）を混合したワクチンが接種でき通常は1回の接種で効果が得られます。予防接種費用3,600円に対し、下表のとおり助成を行います。

▼問い合わせ先
健康福祉課
健康増進係
☎9132

※接種料金の3,600円、及び高齢者の自己負担1,500円は500円以下は近隣の下野市、小山市、及び野木町と同じ金額です。

対象者	65歳以上の方	60歳～64歳で厚生労働省令に定める疾患の方	生活保護受給者	住民税非課税世帯の方 ※年齢は問いません
費用	1回のみ自己負担 1,500円	1回のみ自己負担 1,500円	無料	病院窓口で立替払い (申請により全額助成)
接種の流れ	健康保険証、老人健康手帳(持っている方のみ)を持参し、直接病院で接種してください。	町から対象者に通知が届きます。通知と印かんを持参し役場にお越しください。受診券を交付します。受診券、保険証を持参し病院で接種してください。		直接病院で接種してください。領収書、接種済証、印かんを持参し役場に申請することにより助成します。 ※65歳以上の方も上記申請により助成
接種期間	H22年10月1日(金)～H23年3月31日(木)			
接種できる医療機関	町内、小山市、下野市、野木町の医療機関 (事情により上記以外の医療機関を希望の方は健康増進係にご相談ください。)			

男の料理教室 参加者募集

今まであまり料理をしたことがない方でも簡単に作れるものを紹介します!!ぜひご参加ください!!

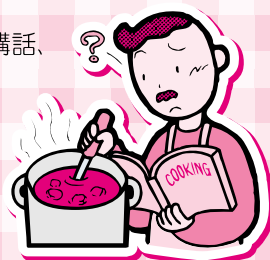
▼日時=11月19日(金)午前9時30分～午後1時

▼場所=上三川いきいきプラザ
2階 栄養指導室

▼対象=成人男性

▼内容=食事に関するミニ講話、調理実習、試食

▼参加費=500円(材料費)



▼申し込み・問い合わせ先=

食生活改善推進協議会事務局

(健康福祉課内) ☎9132

公衆衛生大会 大会長表彰受賞

上三川町食改 鈴木美恵子さん

9月8日に行われた第50回栃木県公衆衛生大会保健衛生事業功労者表彰式において、上三川町食生活改善推進協議会の鈴木美恵子会長が大会長表彰を受賞されました。

鈴木会長は平成10年、本町における食改設立時から栄養改善活動に取り組み、現在は小山地区食改の会長をも務められています。数多くの研修会にも積極的に参加し、地域住民の健康増進活動に寄与していただいています。



国民健康保険被保険者証の更新について

新しい被保険者証は、9月下旬までに郵送しましたので、内容を確認後、古い被保険者証は誤使用を避けるため、必ず自分で破棄するか、役場保険課まで返納してください。

なお、次のような場合は、手続きをお願いします。

○社会保険等へ変わった場合

今お使いの被保険者証と国民健康保険被保険者証を添えて、住民生活課で手続きください。

○会社をやめた、また社会保険等の扶養を抜けたので国民健康保険に加入する場合

退職証明書または資格喪失証明書等やめたことのわかる書類を添えて、住民生活課で手続きください。

▼問い合わせ先=

☎9134
保険課 国保年金係