



市では、年齢別に基本健診や特定健診といった健診を実施しています。健康管理や病気の早期発見のために健診を受けましょう。

基本健診実施のお知らせ

【対象】学校や職場で健診を受ける機会のない、19歳から39歳(昭和49年4月1日から、平成7年4月1日以前生まれ)の方

【内容】身体測定(身長・体重・腹囲)医師診察、尿検査、血圧測定、血液検査(脂質・肝機能・貧血・血糖・腎機能)

【費用】1,000円

【実施日】6月～7月、10月～11月に市各地域にて実施

※予約不要。当日、直接会場にお越しください。

※詳しい日程は健診(検診)カレンダー14ページをご覧ください。お手元カレンダーのない方は各地域市民センター、保健センターに設置しております。

問い合わせ
健康推進課 健康増進係
065-0737 / 063-4591

特定健診受診券

送付時期のお知らせ

特定健診は、自覚症状がないまま静かに進行していく生活習慣病の原因となるメタボリックシンドロームに着目した健診です。

【対象】40歳から74歳の方

特定健診は、ご加入の健康保険ごとに実施しますので、社会保険にご加入の方は、お勤め先にて受診してください。

【費用】甲賀市国民健康保険にご加入の方は無料です。受診券送付時期および受診方法

甲賀市国民健康保険(国保)にご加入の方には、次の日程により受診券を郵送します。

| 国民健康保険にご加入の方の受診券送付時期 | | 年齢 | 生まれ月 | 送付月 | 受診方法 |
|---------------------------|---------|---------|------|------|---------------------------|
| 生年月日 | 65歳～74歳 | 40歳～64歳 | すべて | 5月下旬 | 集団健診 または 医療機関での個別健診 |
| 昭和24年4月1日～ 昭和49年3月31日 | | | | 6月下旬 | |
| 生年月日 | 75歳以上 | | | 7月下旬 | 医療機関での個別健診 |
| 昭和13年10月1日～ 昭和24年3月31日 | | | | 8月下旬 | |
| 生年月日 | | | | 9月下旬 | 医療機関での個別健診 |
| 昭和24年3月31日 | | | | | |

※年齢は平成26年3月31日現在です。

※昭和13年9月30日以前生まれの方は、75歳以上が対象の「健康診査」を受診いただくこととなります。受診券の送付月は65歳以上の方と同じです。

※集団健診の日程や受診できる医療機関名など詳細は、受診券送付時にご案内します。

問い合わせ
保険年金課 国保年金係
065-0745 / 063-4618

土山サービスイリアの甲賀市観光情報発信基地がリニューアル



▲リニューアルされた「くるっと甲賀観光情報発信処」

新名神高速道路の土山サービスイリアで甲賀市の観光情報を提供しているアンテナショップが4月からリニューアルオープンしています。

このアンテナショップは、甲賀ブランド推進協議会(大橋淳一会長)が、サービスイリアを利用されるお客様に市の魅力ある観光地を知ってもらおうと、平成23年7月から運営しているものです。

ポランテアガイドの皆さんのご協力のもと、これまで1万人を超える方々にお立ち寄りいただきました。今回の改装で、甲賀ブランド認定商品や観光地を動画で紹介するコーナー、観光地図に向かって磁石入りのソフト手裏剣投げが体験できるコーナーを新設しました。

また、「忍者」「信楽」「東海道」という観光三要素をPRするため、アンテナショップのシャッターには隠し絵が施されています。皆さんもぜひ一度お立ち寄りください。



▲手裏剣投げコーナー

問い合わせ
観光推進室
065-0708 / 063-4087

5月31日は世界禁煙デー



—あなたや家族の健康のために—
5月31日は世界禁煙デーです。その世界禁煙デーから一週間は禁煙週間(5月31日～6月6日)として定めています。この日をきっかけにたばこの害について知り、あなた自身や家族の健康について考えてみましょう。

たくさんの害を及ぼすたばこの煙

たばこの煙には「ニコチン、種々の発がん物質・発がん促進物質、一酸化炭素などの多くの有害物質が含まれています。

有害物質は体内に入ると血液に溶け、全身を回り、肺がんをはじめとして、咽頭がん、食道がん、胃がんなど多くのがんや、脳卒中、虚血性心疾患、歯周病、さらには生まれてくる子供への影響など、多くの害を与えます。たばこの害は、吸う人はもちろん、吸わない人にも及びます。

禁煙をしにくくする2種類の依存

たばこが健康に悪いと思っていながらもやめられない原因は、たばこが「ニコチン依存」と心理的依存の2種類の依存を生むからです。「ニコチン依存は、たばこの煙に含まれている「ニコチン」という薬物への依存です。心理的依存は、たばこを吸うことが日常生活の中に組み込まれ、習慣化した状態の依存です。

ご存知ですか「ふるさと納税

甲賀市ふるさと応援寄附金

市では、「生まれ故郷」関わりのある地「期待を抱くまちづくり」を応援したい」という市への思いを形にする制度として、平成20年度から「甲賀市ふるさと応援寄附金」を設けています。制度開始から5年間(平成24年度末)で、市内の方も含め、累計7,407,810円、延べ64名の皆様から応援寄附をいただきました。お寄せいただいたご寄附は、次のように市のまちづくりに活用させていただきます。

●活用例：中学校のパソコン購入、小学校社会科副読本の作成、甲賀市防災マップの作成、市内公施設AED設置など

◇ご寄附により、税金が軽減されます◇

市に対する寄附金のうち、2,000円を超える部分については、一定の限度額まで税金控除の対象となります。

ぜひ、市にゆかりのある皆様にもお知らせいただき、ふるさと甲賀のまちづくりにご参加いただくようお願いいたします。また、市民の皆様が「ふるさと納税」により、ご寄附いただくこともできます。

※詳しい情報は、市ホームページからご覧いただけます。

問い合わせ
政策推進課 政策推進係
065-0670 / 063-4554
E-mail: koka10041000@city.koka.lg.jp

禁煙に向けて

こうした状態から、抜け出すために医療機関で実施している禁煙治療や、保健センターでの禁煙相談など、ぜひ活用ください。

【市内の禁煙治療に保険が使える医療機関】

(平成25年3月1日現在 *近畿厚生局からの情報より)

| 地域 | 医療機関名 | 住所 | 連絡先 |
|----|----------------|-----------|---------|
| 水口 | 医療法人 深井クリニック | 伴中山3802 | 65-4100 |
| | 医療法人社団 平川クリニック | 東名坂184-2 | 63-6373 |
| | 医療法人社団 太田医院 | 虫生野中央81-2 | 63-3553 |
| | 医療法人 こんどう医院 | 新城696 | 63-0530 |
| | 木村医院 | 虫生野1015-9 | 62-2143 |
| | 浅田クリニック | 東名坂226-1 | 69-7755 |
| 土山 | つばさクリニック | 綾野3-33 | 63-7766 |
| | 中西医院 | 北土山1433-2 | 66-0712 |
| | 甲南 | 葛木958 | 86-3131 |
| 信楽 | 甲賀市立 信楽中央病院 | 長野473 | 82-0249 |

【禁煙相談(健康相談)】

各保健センターで月1回実施(事前予約制) ※詳細は、平成25年度健診(検診)カレンダー13ページの健康相談をご覧ください。

問い合わせ
健康推進課 健康増進係
065-0737 / 063-4591