



健康増進係

総合健診(特定健診+がん検診)と特定健診を実施します

総合健診は、半日ドックを基準とした健診で、がん複合検診(秋の集団健診)より詳細な血液検査を行います。また、町の助成を利用することで、通常より安く受けることができます。

特定健診を受けましょう

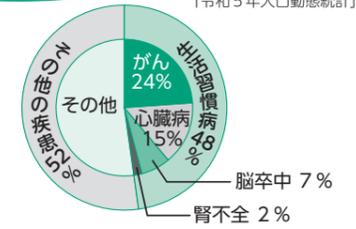
「忙しくて暇がない」「健康だから大丈夫」と、健診を後回しにしていますか。自分では健康だと思っても、高血圧や脂質異常、高血糖などの生活習慣病は、自覚症状がほとんどありません。早期に体の異常に気づき、生活習慣の改善や治療に取り組むことで、治療費や通院時間、心身にかかる負担も軽減できます。

- ◆検査項目 問診、身体計測、血液検査、尿検査、血圧測定など
 - ◆対象者
 - ・40歳以上の国民健康保険被保険者
 - ・後期高齢者医療被保険者
 - ◆日程
 - ・総合健診(特定健診+がん検診) 6月上旬
 - ・特定健診のみ(医療機関) 6~12月
 - ◆申込方法 次のいずれかの方法で申し込む
 - ・オンラインで申し込む
 - ・申込書に必要事項を記入し、健康・保険課、西部支所、各町民センター窓口へ提出する
- ※3月上旬に申込書を郵送します。

生活習慣病
心臓病、脳卒中、糖尿病、高血圧、脂質異常症、がん
日本人の死因の約5割を生活習慣病が占めています。

死因別死亡割合

出典：厚生労働省「令和5年人口動態統計」



- ◆申込期限 3月31日(月)
- ※その他の町の各種検診は、3月中旬に配布する健康カレンダーに掲載します。

健診結果説明会・特定保健指導を行っています

総合健診の結果は、結果説明会でお渡しします。結果は、自分の体の状態を教えてください。薬を飲んで治療している人も、生活習慣を見直し、適度な運動やバランスの良い食事、禁煙などに取り組むことが重要です。どうしたら数値が改善するのか、町の保健師・看護師・管理栄養士と一緒に考えてみませんか。健診結果から、病気の予防と生活習慣の改善に役立つ情報をお伝えします。自分の健康を守るために活用しましょう。

健康増進係

きくよう健康倶楽部

令和6年度の健康ポイントの交換は3月末まで

ポイント交換の手順

- ◆交換場所
 - ・健康・保険課
 - ・総合交流ターミナルさんふれあ
 - ・光の森町民センターキャロップア
- ◆交換期限 3月31日(月)
- ◆持参物 健康ポイント交換申請書、活動量計またはスマートフォン
- ※健康ポイント交換申請書の様式は町ホームページからも取得できます。
- ◆その他
 - ・ポイント交換後、500ポイント未満の端数が発生した場合、3月31日(月)で消滅します。
 - ・ポイントを次年度に繰り越すことはできません。



様式はこちら

・家族や知人と合算して交換することはできません。

2月28日(金)までの歩数データは、3月10日(月)までに送信しましょう

通常、歩数データは活動量計に30日分保存できますが、ポイント付与の年度切替時期に当たる2月分は、10日以内に送信してください。

データ送信期限	
2月28日(金)までの歩数	3月10日(月)
3月1日(土)からの歩数	通常通り30日以内

※2月28日(金)までの歩数は、3月末までにポイントを交換してください。

国保・後期高齢者医療保険加入者へ人間ドック費用を一部助成します

国保・年金係

- ◆対象者 次の全てに当てはまる人
 - ・令和7年度末の年齢が30歳以上の人
 - ・人間ドック実施日まで菊陽町国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入している人
 - ・納期限到来分の国民健康保険税または後期高齢者医療保険料の滞納がない人
- ◆助成金額 健診1コースにつき2万5千円(1人1コースまで助成)
- ◆申込方法 次のいずれかの方法で申し込む
 - ・人間ドック申し込みチラシに記載しているオンライン上の申し込みフォームから申し込む。
 - ・人間ドック申請書を、健康・保険課、西部支所または各町民センターへ提出する。
- ※人間ドック申し込みチラシ・申請書は3月上旬に送付する総合健診の申込書に同封します。
- ◆申込期限 5月30日(金)必着

65歳以上の人へ新型コロナウイルス感染症予防接種の助成は3月末まで

健康増進係

- 町では、接種費用の一部を助成しています。接種を希望する人は、3月末までの体調が良い時に接種を受けましょう。
- ◆実施期間 3月末まで
- ◆自己負担額 2,100円
- ◆指定医療機関 町ホームページ、広報きくよう10月号に掲載しています。
- ※指定医療機関以外で接種する場合は、事前に申請手続きが必要です。詳しくはお問い合わせください。



詳しくはこちら



国民年金

ご存じですか 国民年金、こんなこと、あんなこと

国保・年金係

熊本西年金事務所 ☎(355)3261

国民年金の納め忘れはありませんか

令和6年度の国民年金保険料は、月16,980円です。一部免除となった場合は、残りの金額を納めないと未納になります。納付期限は翌月の末日となっています。納付がお済みでない場合は、金融機関やコンビニなどで納付してください。納付書を紛失した場合は、再発行ができますので、年金事務所までご連絡ください。

- ① 未支給年金
- ② 亡くなった人が年金受給者の場合
 - ・遺族基礎(厚生)年金
 - ・遺族基礎(厚生)年金

基礎年金番号の調べ方

基礎年金番号は、次の書類で確認できます。

- ・年金手帳
- ・年金証書
- ・基礎年金番号通知書
- ・国民年金保険料納付書
- ・国民年金保険料口座振替額通知書
- ・年金額改定通知書、年金振込通知書

確認できる書類が手元にない場合は、本人確認書類をご準備の上、年金事務所または健康・保険課へご相談ください。

国民年金加入者の死亡後の主な手続き

- 国民年金被保険者や年金受給者が亡くなった場合、手続きが必要です。手続きの内容や必要書類は、年金事務所や健康・保険課でご案内いたします。早めの手続きをお願いいたします。
- ◆手続きが必要な年金
 - ① 亡くなった人が国民年金被保険者の場合
 - ・死亡一時金
- ※電話で基礎年金番号をお伝えすることはできません。