



笑顔でイキイキ！健康らんど

みんなで受けよう！「いきいきライフ検診」

生活習慣病予防のための健診（内容は表の通り）を行います。

今年度は、さらに朝早い受付（朝5時半）を設けました。特に『働く若い人等優先枠』として、『ご希望の時間帯で出勤前等に気軽に検診を済ませることができるように工夫しておりますので、日中お時間の無い現役世代の方は、是非ご利用ください。』

■検診【日時・場所】／

▽7月9日（月）～13日（金）

▽受付時間 朝5時半～10時15分

▽場所 俱知安厚生病院

■結果説明会【日程・場所】／

▽8月下旬～9月予定

▽保健福祉会館

※特定検診を受けずにその他（がん・骨・エキノコックス症検診）を受けた方には、9月中旬までに郵送で結果をお知らせします。

■検診申込／

▽窓口申込 6月11日（月）9時開始、検診前日まで

▽電話申込 6月12日（火）9時開始、検診前日まで

※定員になり次第終了。

詳細は、6月上旬の新聞チラシ折込をご覧ください。（チラシを希望する方は、6月6日（水）以降保健福祉会館で配布します）

■問い合わせ先／

健康推進係（保健福祉会館内）

☎ 22-11144

◆検診内容及び対象者・検診料金

検診の種類	検診内容	対象（俱知安町民のみ）	料金
特定健診・健康診査 ※社会保険（建設国保・組合健保・政管健保等）の方は、受けられません。加入している健康保険が実施している健診を受けましょう。	身体計測・腹囲測定・尿・血液（糖・脂質・肝・腎等）・心電図・眼底など	町国民健康保険加入者で ① S 58.3.31 以前生【今年度満30歳以上になる人】 ② 後期高齢者医療制度対象者 ③ 生活保護世帯で S 58.3.31 以前生【今年度満30歳以上になる人】	無料
胃がん検診	胃バリウム検査	S 58.3.31 以前生【今年度満30歳以上】の方	※ 1,000円
大腸がん検診	便潜血反応	同上	※ 1,000円
肺がん検診	胸部レントゲン検査	同上	※ 500円
	喀痰検査	上記の方で必要者	※ 1,000円
骨検診	骨密度検査（腕で測定）	満30～65歳までの方（ただし、5年に1回）	※ 500円
エキノコックス症検査	血液検査	概ね20歳以上の方のうち、5年以内に検診を受けていない方（ただし、5年に1回）	無料

※胃・肺・大腸がん・骨検診は、町国民健康保険加入者・生活保護世帯が無料（後期高齢者医療制度対象者は有料）

いつまでもみんな生き生き 『生きがいづくりの第1歩』

初夏をむかえ、外出や色々な集まりに参加する機会も増える季節になりました。高齢者の集まりというと、身近なところでは「老人クラブ」がありますね。

老人クラブの起源は、高齢者の集いや敬老を祝う平安時代の「尚齒（しょうしかい）会」と言われています。「尚」は「尊ぶ」、「齒」は「年齢」で、「高齢を尊ぶ」という意味があります。

現在の老人クラブは、戦後、社会や経済が混乱する中、高齢者が自ら集い、新たな役割を求めて誕生した自主的な組織です。昭和37年には全国老人クラブ連合会が設立され、今年で50周年を迎えるそうです。

老人クラブは、地域の高齢者の生きがいや健康づくり、ボランティアといった社会貢献を通じて、仲間作りや相互に支えあう友愛活動に取り組んでいます。町内には現在、14の老人クラブがあり、定期的に集まり、健康相談や勉強会、誕生会や食事会、敬老行事や研修旅行、清掃ボランティア等の奉仕活動や、

クラブ間・世代間の交流など様々な活動が行われています。会員は原則60歳以上ですが、加入率は年々減少しており、全国的にも会員の高齢化が進んでいます。65歳以上は高齢者、高齢者は「弱々しい」というイメージは、長寿社会の今日、過去のものになりつつあります。

日野原重明先生が立ち上げた「新老人の会」では、75歳から第3の人生とし、高齢者でも生産的で有意義な生き方を送ろうと提唱しています。

70代でも働いたり、社会参加をしたり、元気に活動されている人もたくさんいますが、身近な地域で集まれる老人クラブの存在は、これからは重要になっていくものだと感じています

いくつになっても生き方を楽しむ場として、老人クラブに参加をしてみたいかがでしょうか？

■地域包括支援センター（保健福祉会館内）

☎ 23-01000