



個別健診 (基本健診・特定健診)



年に一度は身体の点検を

町では、集団健診のほかに、町内の医療機関で受けられる個別健診を実施しています。健診の申し込みをしていない方も、今からお申し込みいただけます。

本年度の個別健診の実施期間は、6月1日から令和3年3月31日までです。申込方法など詳細は下表をご確認ください。

若いうちから自分の身体に関心を持ち、健診結果から生活習慣を見直すことは、5年後、10年後の健康を実現させるための第一歩です。健診結果が「異常なし」だからといって安心は禁物です。異常なしでも「少し高め」の数値がある場合、メタボリックシンドローム(注)予備群に一步步近づいている可能性があります。

自分では気付かない身体の状態や変化を確認するためにも、年に一度は必ず健診を受診し、健康づくりに役立てましょう。

個別健診はご自分の予定に合わせて受診することができます。

次のいずれかに該当する方は、医療機関にキャンセルの連絡をお願いします。

- ・発熱がある場合や咳などの風邪症状がある場合
- ・体調がすぐれない場合

※今後の状況により急ぎよ延期になる場合があります。ご了承ください。

(注)「メタボリックシンドローム」とは…

内臓脂肪の蓄積を示す目安として腹囲が男性85センチ以上、女性90センチ以上を必須条件として、血圧・血糖・血中脂質の3つのリスクのうち、2つ以上が基準値を超えた状態のことをいい、1つ基準値を超えた状態を予備群といいます。

	特定健診	基本健診	
対象者	40歳～74歳の御代田町 国民健康保険加入者	39歳以下の町民	75歳以上の町民
自己負担金	1,000円 (令和3年3月31日時点で、 40,50,60歳の節目年齢の方は無料)	1,000円	無料
検査項目	身長・体重・腹囲・検尿・血圧・問診・ 血液検査・内科診察・心電図 ※医師が必要と判断した場合、 眼底検査実施	身長・体重・腹囲・検尿・血圧・問診・ 血液検査・内科診察	※上記項目より 腹囲測定を省いた項目
医療機関受診時の 持ち物	●国民健康被保険者証 ●自己負担金 ●町から届いた問診票	●被保険者証 ●自己負担金 ●町から届いた問診票	●後期高齢者医療被保険者証 ●町から届いた問診票
申込方法	保健福祉課健康推進係まで電話にてお申し込みください。		
申込受付期間	6月1日(月)～令和3年2月26日(金)		

問い合わせ先 保健福祉課健康推進係 (32) 2554

町税の口座振替キャンペーンを 実施します

クオカード プレゼント



令和2年度から、町税の納付手続きの簡素化と口座振替による納付促進を図ることを目的に、次の事業を実施します。この機会に安心・便利・確実な口座振替をご利用ください。

口座振替感謝事業

～すでに口座振替の方～

すでに町県民税(普通徴収)、軽自動車税(種別割)、固定資産税、国民健康保険税について、口座振替の方法により納付をされている方で、平成31年度納期限内に完納している方が対象です。

抽選方法等

税ごとに抽選で10名(4税×10名)の方に、クオカード2,000円分を贈呈します。(納税義務者ごとに抽選し、重複した場合は1税目のみとなります。申込不要)

発送時期

8月末日

口座振替促進事業

～新規で口座振替の申し込みをした方～

新規で、町県民税(普通徴収)、軽自動車税(種別割)、固定資産税、国民健康保険税の口座振替を申し込みされた方で、初回の引き落としができた方に限り(納税義務者ごと)全員にクオカード500円分を贈呈します。(注意:複数税目を申し込まれても、1納税義務者として取り扱います。)

発送時期

●4月1日から9月30日までの間に、初回引き落としができた方

10月末日

●10月1日から翌年3月31日までの間に、初回引き落としができた方

翌年4月末

口座振替申込方法

「口座振替依頼書」が、税務課、または町内金融機関に備え付けてありますので、必要事項をご記入いただき、税務課、または町内金融機関へ提出してください。

口座振替取扱金融機関

- 八十二銀行
- 三井住友銀行
- ゆうちょ銀行
- 上田信用金庫
- 佐久浅間農業協同組合

問い合わせ先 税務課収税係 (32) 3126