

# 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、保健センターで行う集団健診のほかに、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。

が「異常なし」だからと言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(※)

個別健診は、6月1日～令和6年3月31日まで実施します。申込方法など詳細は下表をご確認ください。

予備群に一步ずつ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。

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

個別健診はご自身の予定に合わせて受診することができます。

健診当日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。

- 37.5℃以上の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

### ※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えます。



	特定健診	基本健診	
対象者	40歳から74歳まで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6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	①国民健康被保険者証 ②自己負担金 ③町から届いた問診票	①被保険者証 ②自己負担金 ③町から届いた問診票	①後期高齢者医療被保険者証 ②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申し込みください。		
申込受付期間	6月1日(木)～令和6年2月22日(木)		

問い合わせ先 保健福祉課健康推進係 (32) 2554

## 集団

### 子宮頸がん検診・骨密度健診のお知らせ

町では次の日程で集団子宮頸がん検診・骨密度健診を実施します。

すでに申し込みされている方には、検診票などを6月中旬ころに送付させていただきます。検診日時などをご確認のうえ、受診してください。また、お申し込みをしていない方で検(健)診をご希望の方は事前に保健福祉課に電話にてお申し込みください。

#### 検診会場 保健センター

※子宮頸がん検診については、年度末年齢で30歳の方は無料クーポンで検診を受けられます。5月下旬に該当者に送付しました通知をご確認いただき、この機会にぜひ受診してください。

※骨密度健診は、かかとの骨での超音波測定法のため、妊娠の可能性のある方でも受診できます。

※風邪等の症状がある方は念のため受診を控えていただくようお願いいたします。

#### 問い合わせ先

保健福祉課健康推進係

(32) 2554

	子宮頸がん検診	骨密度健診
日程	6月28日・29日・30日(午後のみ)	6月28日、29日、30日(終日)
対象者	20歳以上の女性で、原則今年度偶数年齢になる方	40歳以上の方(40、45、50、55、60、65、70歳の女性に特にお勧めします)
受診間隔	2年に1度	・骨密度正常域の方は3年に1回 ・閉経後5年以内の方は年に1回 骨密度の低い方は、閉経に関係なく年1回の受診をお勧めします。
料金	1,000円 ※無料クーポン対象者は無料(年度末年齢30歳)	500円

### シルバー人材センター新規会員を募集しています

小諸北佐久シルバー人材センターは、小諸市、御代田町、軽井沢町、立科町の一市三町の地域で、約600名の方が会員となり、さまざまな就業に携わっています。あなたの知識・経験・資格を生かしてみませんか。

まずは、入会説明会にお越しください。

#### 説明会実施日

- 6月5日(月)・6月19日(月)
- 7月3日(月)・7月18日(火)
- 8月7日(月)・8月21日(月)
- 9月4日(月)・9月19日(火)
- 10月2日(月)・10月16日(月)
- 11月6日(月)・11月20日(月)

#### 時間

午後1時30分～  
(1時間30分程度)

#### 会場

小諸北佐久  
シルバー人材センター  
小諸事務所

(小諸市六供二丁目2番5号)

#### 問い合わせ先

小諸北佐久  
シルバー人材センター

0267(24)0333

### 土地・家屋を取得した皆さまへ 不動産を取得したときの税金

不動産取得税は、不動産(土地・家屋)を取得したときに、取得した方に納めていただく税金(県税)です。原則として取得原因(売買・贈与・交換など)、有償・無償にかかわらず課税されます。納税額は、課税標準額(税額計算の基礎となる額)に税率を乗じて求めます。

税をお願いします。

課税標準額は、新築家屋については、「固定資産評価基準」により算出した評価額、その他の不動産については、原則、市町村の固定資産課税台帳に登録されている価格です。

税率は、土地や住宅は3%、住宅以外の家屋は4%です。

なお、一定の要件を満たす住宅を取得した場合は、税の軽減措置があります。

●納税通知書が届く時期  
土地・家屋を売買等で取得された方

土地や家屋を購入された場合などは、所有権移転の登記月から概ね5カ月後に、納税通知書をお送りしますので納

不動産を取得した場合は、不動産取得申告書の提出をお願いします。詳細は、長野県公式ホームページをご覧ください。また、住宅用土地の軽減措置を受けるためには申請書類の提出が必要です。ながの電子申請サービスによるオンライン申請も可能です。



二次元コードを読み取っていただくと申請画面にアクセスできます。

#### 問い合わせ先

長野県東信県税事務所  
課税課課税第二係

0267(63)3138