

お忘れないようご注意ください!

令和3年度国民年金保険料のお知らせ

令和3年度の国民年金保険料は、月額16,610円です。保険料は、日本年金機構から送られる納付書により、金融機関・郵便局・コンビニで納めることができます。また、クレジットカードによる納付やインターネットなどを利用した納付、そして便利でお得な口座振替もあります。

保険料を納付することが経済的に難しい場合は、未納のままにせず、保険料免除制度・納付猶予制

度を、学生の方は学生納付特例制度をご利用ください。

更に、国民年金第1号被保険者で出産日が平成31年2月1日以降の方は産前産後期間の免除制度があります。

問 平年金事務所 ☎0246-23-5611
広野町 健康福祉課 ☎0240-27-2113

日頃の運動不足を効果的に解消しよう!!

トレーニングルーム利用のご案内

保健センターでは、以下のとおりトレーニングルームを開放しています。

体力作りや運動不足の解消などにぜひご利用ください。

- 時間 平日の午前9時～午後5時（※祝日・年末年始を除く）なお、火曜日と木曜日のみ午後8時まで利用可
- 対象 広野町民の方
- 料金 無料
- 持ち物 室内運動靴、タオル、水分など（センター内に自動販売機はありません）
- 注意
 - ・新型コロナウイルス感染症対策のため、窓を開けて換気をしながらの利用になります。雨天時は利用できません。



エアロバイク、ランニングマシンなど

- ・指導者や付添はいません。正しく使用し、ケガや事故がないようご注意ください。
- ・小学生以下のお子様をつれてのご利用はご遠慮ください。
- ・1時間3人までの利用です。事前に電話でご予約ください。

問 広野町 保健センター ☎0240-27-3040

健診で病気の重症化を防いで健康長寿

令和3年度広野町健康診査・各種検診のご案内

検診項目	対象者	検診内容等	検診時期、場所	事前申込
特定健康診査（広野町国保）	40～74歳の広野町国保加入者	身体計測	総合検診 (7/6～7/10、8/29)	不要
特定健康診査（広野町国保以外）	40～74歳の社会保険被扶養者（社会保険加入者本人の特定健診については、職場にお問い合わせください）	血圧測定 尿検査 血液検査 心電図検査		
健康診査	後期高齢者医療保険加入者等（75歳以上の方等）	眼底検査		
大腸がん検診	40歳以上	便潜血反応検査（2日法）		
肺がん検診	40歳以上	胸部レントゲン検査	指定医療機関 (10～11月)	後日お知らせします。
結核検診	65歳以上	血液検査		
前立腺がん検診	50歳以上の男性	痰の検査		
喀痰検査	50歳以上で喫煙指数が600以上の方	血液検査		
胃がん検診（どちらか一方）	40歳以上	胃カメラ（自己負担有り）	保健センター	後日お知らせします。
乳がん検診	30歳代の女性 隔年 年度末年齢が偶数の方 40歳以上の女性 隔年 年度末年齢が偶数の方	エコー 視触診 マンモグラフィ		
子宮頸がん検診	20歳以上の女性 隔年 年度末年齢が偶数の方	細胞診	保健センター または 指定医療機関	

※日程等変更する場合がありますので、詳細は「広報ひろの」でご確認ください。
※乳がん、子宮頸がん検診については前年度の受診歴のない方も対象になります。

令和3年度の変更点

乳がん・子宮頸がん検診は、年度末年齢が偶数の方が対象になります。2年に1度忘れずに、受診しましょう。理由については、厚生労働省が定めた受診間隔によるものであり、国の研究によると、早期乳がん比率と中間期乳がん発生率から検証した結果、2年に1度が適切であると言われていることと、マンモグラフィ検査により、放射線被ばくによるがんの誘発や遺伝的影響は極めて低い確率ではありますが、否定できないといわれているためです。
※検診は症状がない方が受診するものですので、症状がある方は検診を待たず医療機関を受診してください。
※乳がんは自己検診ができます。月に1回はご自分でセルフチェックをしましょう。

問 広野町 保健センター ☎0240-27-3040 〒979-0408 双葉郡広野町中央台一丁目7番地
広野町役場 健康福祉課 ☎0240-27-2113 〒979-0402 双葉郡広野町大字下北迫字苗代替35

休日などの診療医療機関

施設名	高野病院	馬場医院
所在地	下北迫字東町214	下浅見川字広長100-6
電話番号	☎0240-27-2901	☎0240-27-2231
診療日	4/25(日)、5/2(日)、5/3(月) 5/4(火)、5/9(日)	4/11(日)、4/18(日) 4/29(木)、5/5(水)
診察時間	午前9時～午後3時	午前9時～午後3時

※変更となる場合がありますので、事前に当番医療機関へお問い合わせください。

心の相談会

様々な心の問題についてお困りの方、またその家族の方を対象に、臨床心理士による「心の相談会」を実施しています。自分ひとりで悩まず、お気軽にご相談ください。

2日前までにご予約ください。

日時：令和3年4月23日(金)

5月7日(金)

午前10時～正午

場所：広野町 保健センター

☎0240-27-3040