

### 3月の在宅当番医 診療時間 午前9時～午後5時

在宅当番医の診療は国民の祝日および休日と年末年始のみとなります。  
**急な発熱・腹痛・頭痛等の初期症状の診療を行います。** ※2月の当番医は前月号に掲載しています。

20日	祝	平成の森 川島病院	内科	川島町畑中 478-1	☎ 049-297-2811
-----	---	-----------	----	-------------	----------------

※当番医は変更することがあります。事前に救急医療情報センター ☎048-824-4199にお問合せください。

- ◆比企地区子ども夜間救急センター（東松山医師会病院内） ☎ 22-2822  
15歳以下対象 午後7時30分～10時 ※土・日・祝・年末年始を除く
- ◆埼玉県救急電話相談（大人・小児）（看護師対応）（#7119）または ☎048-824-4199  
24時間相談対応（年中無休）音声ガイダンスに応じて相談窓口を選択してください。  
①小児救急電話相談 ②大人の救急電話相談 ③医療機関案内（小児・大人に対応）  
「小児救急電話相談（#8000）または ☎048-833-7911からも電話をかけられます。」
- ◆埼玉県A1救急相談  
スマートフォンやパソコンからチャット形式で相談。以下のURLからご利用できます。  
<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0703/aikyukyu.html>  
問合せ 健康福祉課 保健衛生担当 ☎☎157、158

### 受けましたか？肝炎ウイルス検診

令和元年度肝炎ウイルス検診は2月末までです。  
**対象者** 小川町に住民登録のある40歳以上の方（令和2年3月末時点）  
 ただし、以下に該当する方は対象になりません。  
 ① 期間中に肝炎ウイルス検診に相当する検診を受ける予定の方  
 ② 過去にB型・C型肝炎ウイルスの検診や治療を受けたことのある方

**一部負担金** 800円 ※生活保護受給者は無料  
**受診方法** 健康福祉課に申込み後、指定医療機関（保健事業計画P11）に直接受診し検査を受けてください（申込み時には、本人確認書類と印鑑が必要です）。  
 問合せ 健康福祉課 保健衛生担当 ☎☎157、158

### 受けましたか？子宮頸がん検診

令和元年度子宮頸がん検診は、2月末までです。  
**対象者** 小川町に住民登録のある20歳以上の女性で、大正・昭和の偶数年生まれの方と平成の奇数年生まれの方（令和2年3月末時点）  
**一部負担金** 1,500円 ※生活保護受給者は無料  
**受診方法** 指定医療機関（保健事業計画P11）で直接受診し検査を受けてください。  
 問合せ 健康福祉課 保健衛生担当 ☎☎157、158



### 高齢者肺炎球菌ワクチンの予防接種はお済みですか？

下記生年月日で過去に高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種を一度も接種したことがない方のうち、今年度、まだ接種がお済みでない方はお早目に接種してください。  
**接種期限：令和2年3月31日まで**  
 ※令和2年4月1日以降は全額自費になります。  
 昭和29年4月2日～昭和30年4月1日、昭和24年4月2日～昭和25年4月1日  
 昭和19年4月2日～昭和20年4月1日、昭和14年4月2日～昭和15年4月1日  
 昭和9年4月2日～昭和10年4月1日、昭和4年4月2日～昭和5年4月1日  
 大正13年4月2日～大正14年4月1日、大正9年4月1日以前の生まれ  
 問合せ 健康福祉課 保健衛生担当 ☎☎157、158

### ～歩いて健康！ひろげようウォーキング！～

### 一緒に歩こう！“ほほほ隊”ウォーキング例会2月の日程

～真冬の眺望を楽しみましょう～ 約7.2kmのコース

**日時** 2月15日（土）午前9時 小川町総合運動場集合 ※雨天中止  
**コース** 小川町総合運動場→後伊→四津山→高見→能増→後伊→小川町総合運動場（正午着予定）  
**持ち物** 隊員証、飲み物 **主催** ほほほ隊やわた 島崎 ☎72-2877  
 \*参加・入隊希望の方は、1週間前までに主催者までご連絡ください  
**問合せ** 小川町ウォーキング連絡会事務局 健康福祉課 保健衛生担当 ☎☎157、158



### 退職後の健康保険は選べます！

退職して職場の健康保険をやめた後は、「国民皆（かい）保険制度」に基づき、いずれかの公的医療保険に加入しなければなりません。保険料（税）の試算や保険給付の内容、健診や保養施設の助成状況等を比較検討して、自分で加入する必要があります。詳しくは、それぞれの健康保険の担当窓口にお問合せください。

	今までの健康保険の任意継続（最長2年）	家族（会社員等）の健康保険の被扶養者	小川町国民健康保険
<b>加入条件</b>	被保険者だった期間が2か月（共済組合の人は1年）以上あること	家族の健康保険の被扶養者条件を満たしていること	任意継続も被扶養者も選択しない場合
<b>保険料（税）</b>	標準報酬月額等に基づく（加入中は原則変更なし）	本人負担なし（家族も負担増なし）	前年度所得や世帯人数等に基づく（年度ごとに計算） 軽減制度あり※1
<b>手続期間</b>	退職日の翌日から20日以内	速やかに	退職日の翌日から原則14日以内※2
<b>手続先</b>	職場の健康保険担当	家族の健康保険担当	役場の国民健康保険担当※3

- ※1 非自発的失業による雇用保険の「特定受給資格者」または「特定理由離職者」は軽減されます。
- ※2 後日、加入日（退職日の翌日）の属する月に遡って保険税を納めていただきます。
- ※3 **手続に必要なもの**  
 ①健康保険資格喪失証明書（連絡票）（被扶養者も記載されているもの）  
 ②印鑑（認印で可）  
 ③委任状（別世帯の家族等に手続を依頼する場合）  
 ④窓口で手続する方の本人確認書類（運転免許証など顔写真付きで公的機関発行のもの）  
 ⑤加入する本人と世帯主の個人番号確認書類（通知カード等）

問合せ 町民課 国民健康保険担当 ☎☎147～149



### 医療費の節約にご協力ください！

社会の高齢化や医療技術の進歩、生活習慣病など慢性疾患の増加をはじめとする様々な理由で医療費は増加しています。医療費が増えると、保険税の引上げにつながり、皆さんの負担も増えてしまいます。少しの意識と工夫で、医療費を節約しましょう！



#### 上手なお医者さんのかかり方

- 救急車は適正利用を** 救急車は重症患者の救急搬送用です。タクシー代わりの利用はやめましょう。一方、脳卒中が疑われるときなど緊急の場合は、迷わず利用しましょう。
- かかりつけ医・かかりつけ歯科医を** 家族の病歴や普段の健康状態を把握してくれている「かかりつけ医」「かかりつけ歯科医」がいると安心です。大病院を紹介状なしで受診すると、特別料金が加算されることがあります。
- はしご受診は控えて** 同じ病気で複数の医療機関にかかること、その都度「初診料」がかかり、さらに重複検査により、かえって体への負担を増やすことになります。
- 年に一度は健康診断を** 早期発見・早期治療により重症化を予防できれば、結果的に医療費も抑えられます。自覚症状がなくても、年に一度は体の健康チェックをしましょう。特定健診（40歳以上）や30歳代健診、各種がん検診、肝炎ウイルス検診、人間ドック助成をご利用ください。
- かかりつけ薬局を** 調剤を1つの薬局に任せれば、複数の薬の「飲み合わせ」や自分の体質に合わない薬など、服薬歴を把握した上での適切なアドバイスが受けられます。
- お薬手帳持参を** 調剤された医薬品名等を1冊の手帳にまとめることで、医師や薬剤師が患者の服用歴を簡単に確認でき、副作用の防止や重複投与の回避につながります。飲み残した前回の薬が余っている時は、医師・薬剤師に伝えましょう。

**ジェネリック医薬品を** 品質・有効性・安全性が確保されているジェネリック医薬品（後発医薬品）は、一般的に低価格です。国保から配付した「ジェネリック医薬品希望シール」を活用しましょう。また、一部の方にはジェネリック医薬品に切り替えた場合の差額をお知らせしています。

#### 夜間・休日診療はよく考えて。子どもが急病の時、まずは電話相談を

平日の午前8時前と午後6時以降、土曜日の午前8時前と正午以降は割増料金（薬局は平日の午後7時以降、土曜日の午後1時以降）になります。急な病気やケガで困ったら、救急電話相談窓口（11ページ参照）へお問合せください。在宅当番医は「広報おがわ」または「町HP」でご確認ください。

問合せ 町民課 国民健康保険担当 ☎☎147～149