

健康

後期高齢者医療健康診査・歯科健康診査を実施します 【保険年金課】

後期高齢者医療の加入者で健康診査と歯科健康診査の対象となる人には、5月下旬に受診券を送付します。受診券が届いたら、健康診査を受けましょう。



- **健康診査**
  - **対象者**  
和歌山県後期高齢者医療被保険者  
※ただし、後期高齢者医療被保険者の脳ドック受診者は、同じ年度の和歌山県後期高齢者医療健康診査を受診できません。
  - **検査内容**  
問診、計測（身長、体重、BMI、血圧）、診察、血液検査（脂質、肝機能、糖代謝、腎機能）、尿検査など
- **歯科健康診査**
  - **対象者**  
令和3年3月末で75歳、80歳、85歳、90歳以上の和歌山県後期高齢者医療被保険者
  - **検査内容**  
問診、口腔診断（歯の状態、歯周組織や口腔衛生の状況、噛み合わせ、口腔乾燥など）、口腔機能検査（噛む能力・舌機能・嚥下機能）
- **受診期間**  
6月1日(火)～令和4年2月28日(月)
- **受診場所**  
受診券に同封の一覧表に記載する医療機関
- **持ち物** 後期高齢者医療被保険者証、受診券、受診票・問診票
- **負担額** 無料
- **問い合わせ**  
和歌山県後期高齢者医療広域連合 ☎073-428-6688

令和3年度 若年者健診受診者を募集します 【いきいき健康課】

市では、健康診断を受ける機会のない年齢の人を対象に、早い時期から生活習慣病の予防と健康維持を図っていただくために健康診断を実施します。

- **日時** 11月7日(日) 午前8時30分～11時
- **場所** 保健福祉センター
- **対象** 19歳～39歳の市民（昭和57年4月1日～平成15年3月31日生まれ）
- **定員** 先着80人
- **検査内容** 血液検査、尿検査、血圧測定など
- **受診料** 500円
- **申込方法**  
電話で申し込んでいただくか、はがきに「若年者健診希望」と明記し、①住所、②氏名（ふりがな）、③生年月日、④電話番号を記入の上、送付してください。
- **申し込み・問い合わせ**  
〒648-8585（住所記入不要）  
橋本市 健康福祉部 いきいき健康課 ☎33-6111

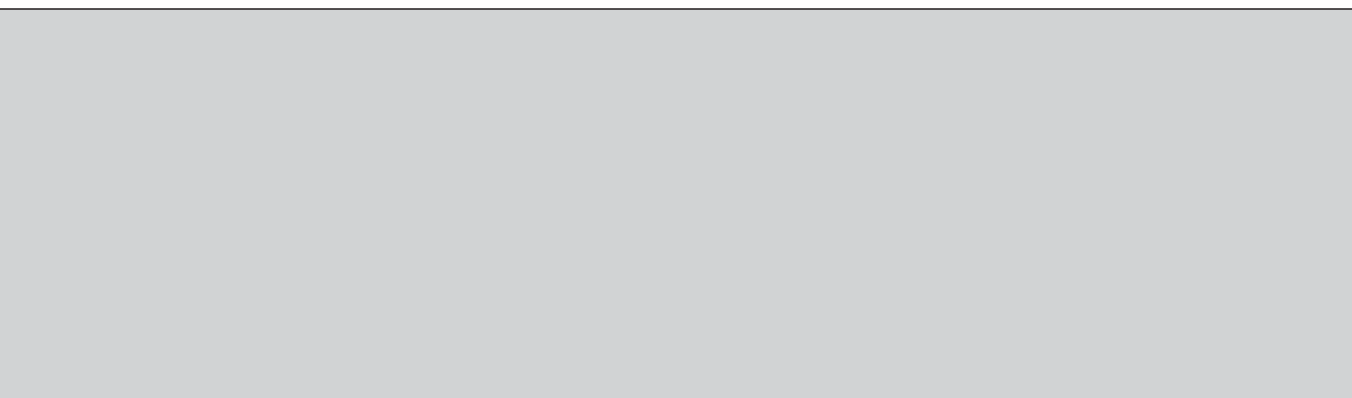
禁煙すれば健康被害へのリスクを下げられます 【いきいき健康課】

世界保健機関（WHO）は、5月31日を「世界禁煙デー」と定め、喫煙しないことが一般的な社会習慣となるよう啓発活動を行なっています。禁煙することにより健康被害へのリスクを下げることができますので、喫煙している人はこの機会に禁煙に挑戦してみましょう。



- **禁煙の成功率を上げるコツ**
  - 禁煙開始日を決める
  - 禁煙後に現れる症状を知っておく
  - 吸いたい気持ちを紛らわす対処法を見つける
  - 「1本だけ」の誘惑に負けない
- **問い合わせ** いきいき健康課 ☎33-6111

広告



都市計画マスタープランを策定しています



橋本市の将来のあるべき姿を見据え、具体的なまちづくりの目標を定めるために都市計画マスタープランを策定しています。 【まちづくり課】

- **都市計画マスタープランとは**  
人や物の動き、土地の利用の方法、道や公園を含む公共施設などの整備などについて、将来の見通しや目標を明らかにし、自分たちのまちをどのようにしていくかを具体的にするための計画です。  
今後交通量の増加が見込まれる場所に大きな道路を整備したり、古き良き街並みを残すために、新しい建物の建築に制限をかけたといった、これからのまちの姿を決める設計図となります。  
平成25年に策定した現行の都市計画マスタープランは令和4年度までが計画期間であり、市では、次の10年間の計画策定を進めています。
- **都市計画タウンミーティングを開催します！**  
将来のまちの姿を決めるためには、市民の皆さんとともに作り上げることが大切です。そこで、橋本市の未来を市民の皆さんと共に考えるための場として、都市計画タウンミーティングを開催します。申し込みは不要ですのでお気軽にお越しください。
  - **日時** 5月29日(土) 午前10時～正午
  - **場所** 保健福祉センター
  - **定員** 先着100人
  - **内容** 市街地の現状について  
※複数回の実施を予定しています。
- **問い合わせ** まちづくり課 ☎33-6103

ファミリーサポートセンター “スマイリー” をご利用ください

ファミリーサポートセンターとは、地域で子育てを支えていくために、子育てのサポートをしてほしい人（依頼会員）と、子育てのサポートができる人（提供会員）をつなげるお手伝いをする組織です。子育てのサポートをしてほしい人、子育てのサポートができる人はぜひご利用ください。 【こども課】



- **サポートまでの流れは**
  - **サポートをしてほしい人（依頼会員）**  
会員登録の後、ご本人とそのお子さん、提供会員、アドバイザーで事前打合せ（マッチング）を行い、サポートが開始されます。
  - **サポートができる人（提供会員）**  
入会し、センター実施の講習会受講後、会員に登録されます。その後、ご本人、依頼会員とそのお子さん、アドバイザーで事前打合せ（マッチング）を行い、サポートを開始します。
- **会員になるには**
  - **対象**  
依頼会員：市内在住・在勤の人および市内に通園・通学する3カ月から12歳までの子どもの保護者。  
提供会員：市内在住の健康で子どもが好きな20歳以上の人。
  - **登録方法**  
顔写真（2.5cm×3cm）2枚と認印をお持ちの上、ファミリーサポートセンターにお越しください。
- **どんなことができるの？**  
急な用で送迎できない時、一時保育をしてほしい時、自分の時間が欲しい時などにご利用ください。  
妊娠中（母子健康手帳交付後）の人や育児中で病中・病後の人、ひとり親家庭の人などを対象にした家事援助（簡単な料理、掃除、洗濯）なども行なっています。
- **申し込み・問い合わせ**  
橋本市ファミリーサポートセンター “スマイリー”  
☎39-7515 ファクス39-7516  
Eメール smiley.hashimoto@outlook.jp  
月曜日～土曜日 午前9時～午後6時（祝日、年末年始を除く）