

平成29年度 国民健康保険 人間ドックの受付が始まります!

申込締切
3月3日(金)
申込みはお早めに

人間ドック各種コース

コース		自己負担額
1日 人間ドック	男性	1万3,800円
	女性	1万4,300円
	乳がん検査対象者	1万6,200円
追加検査 (上記金額に 追加)	脳ドック検査	+1万400円
	PET-CT検査 (別日です)	医大コース +4万2,070円 済生会コース +4万4,280円
脳ドック (単独)		1万4,900円

～受付完了および 受診予定日の通知について～

人間ドック受付のハガキに受診予定日（仮予約日）を表示して通知します。（3月中旬頃発送予定）

お知らせした予定日の都合が悪い場合は、直接下記にお問い合わせいただき、受診日の調整を行った後、市民課まで変更日をお知らせください。

受診予定日の変更受付は

☎ JCHO福井勝山総合病院健康管理センター
☎88-8166(平日 午前10時～午後4時)

健康で快適な生活を送るために、健診の機会を活用し健康管理を行いましょう。

対 象 ▶ 勝山市国民健康保険に加入する30～74歳の方

申込方法 ▶ 本紙と同時に配布されるチラシ（申込書）に必要事項を記入の上、下記までご提出ください

提出先 ▶ 市民課（市役所1階）、健康長寿課（すこやか）、各公民館

注意事項 ▶

- ・右記の自己負担額は、おおよその金額です。実際に医療機関の窓口でお支払いいただく自己負担額とは異なる場合があります
- ・人間ドックにはがん検診および特定健診が含まれていますので、人間ドックを受診された方は、がん検診および特定健診を受診できません
- ・脳ドックとの併用は可能です

☎ 市民課（市役所1階） ☎88-8102



福井しあわせ元気国体2018



福井しあわせ元気国体プレ大会

平成30年の「福井しあわせ元気国体」を成功させるために前年（平成29年）に各競技のプレ大会が開催されます。

プレ大会の開催は競技会運営能力の向上、市民の国体に対する参加意識の向上および参加者をおもてなしの心で迎える機運の醸成を図ることを目的としています。

クレー射撃競技プレ大会

◆平成29年度第3次福井公式大会
と き ▼6月17日(出)・18日(回)

ところ ▼福井県立クレー射撃場
競技会場となる福井県立クレー射撃場（野向町牛ヶ谷）は、国体に向け立派な施設に整備され14年ぶりに再開場となりました。県選手団も選手強化に取り組み、国体では上位を狙える実力を付けてきました。地元選手のがんばりにご期待ください。



バドミントン競技プレ大会

◆バドミントン日本リーグ2017
と き ▼11月17日(金)～19日(日)

ところ ▼ジョアリーナ

3日間で7試合を行うハードスケジュールに加え、全てのチームの実力が均衡しているため、どのチームが優勝してもおかしくない大会になると思われます。また、男子の部に地元からセーレンが出場します。地元チームのがんばりにご期待ください。



☎ 「福井しあわせ元気」国体・障害者スポーツ大会勝山市実行委員会（国体・スポーツ課内）
☎88-8127

大腸がんについて

JCHO福井勝山総合病院
統括診療部長兼外科主任部長 田 口 誠

JCHO-Column

がんは3大死因の1つであり、生涯で2人に1人が癌になるといわれています。

2014年にがんで死亡した人は36万8千人にのぼります。部位別の死亡数では男性では大腸がんが第3位、女性では第1位でした。2015年のがん罹患数（かかる人の数）の推計値では、男性では第4位、女性では第2位でしたが、2020年には罹患数、罹患率とも、男女あわせて1位になると予想されています。

大腸がんは、食生活の欧米化に伴って増加しており、生活習慣病由来のガンと言えます。肥満、高身長などもリスク要因であることがわかっています。また食生活では飲酒（特に男性）、赤肉、加工肉の摂取が確実なリスク要因であることがわかっています。喫煙も確実なリスク要因であることがわかっています。適度な運動をして肥満をふせぎ、野菜を多く摂取し、赤肉や加工肉を摂りすぎないようにする食生活により予防効果が期待できます。



結腸がんと直腸がんをひっくるめて大腸がんと呼んでいます。大腸がんの症状は「出血」「便通異常」「腸閉塞」があります。便に血が混じる、肛門から血が出る、便秘と下痢を繰り返す、お腹が張る、お腹が痛い、立ちくらみがする、体重が減ったなどの症状がみられることがあります。

国立がんセンターの統計によると大腸がんの5年生存率はステージ1、2（リンパ節転移がない）では90%を超え、ステージ3（リンパ節転移があるが多臓器には転移していない）では70%を超えています。ステージ4（肺や肝臓、腹膜に転移している）では20%ほどに低下します。

大腸がんは便潜血検査を中心とした大腸がん検診により早期発見すれば死亡率を低下させることができます。2013年の40～69歳の大腸がん検診の受診率は男性で41.4%、女性で34.5%となっておりまだまだ受診率が低い状態です。

40歳を過ぎたら1年に1回は大腸がん検診を受けることをお勧めします。もし検診で2次検査が必要となった場合は必ず大腸内視鏡検査を受けるようにしましょう。

☎ 健康長寿課 ☎87-0888

国民年金保険料は前納（まとめて前払い）がお得!

締切間近!

平成29年度の国民年金保険料は月額1万6,490円です。

保険料は前納すると割引されます。最も割引額の高い口座振替の「2年前納」をご利用いただくと、2年間で1万5,000円程度の割引になります。

また、平成29年度分の保険料より現金、クレジットカードでも2年前納の申し込みが可能です。なお、平成29年度の前納割引額については、日本年金機構ホームページで2月下旬頃に告示される予定です。

口座振替、クレジットカードで前納をご利用いただくと割引額が高くなり、払い忘れもなくお得で便利です。

2年・1年・6か月上旬期（4～9月）前納の 申し込みは2月28日(火)必着です

申込方法 ▶ 納付申出書に必要事項を記入・押印のうえ、市民課、福井年金事務所、金融機関のいずれかにご提出ください

※締切当日は、金融機関の確認印のない申請書については直接、金融機関にご提出ください

前納制度利用者で4月から 厚生年金にご加入予定の方へ

以前より前納制度を利用している方が、4月から就職などにより厚生年金への加入を予定されている場合、引き続き平成29年度分の保険料が4月末日に引き落しされてしまうことがあります。この場合、還付金として返還されますが、辞退申出書を3月上旬頃までに市役所または年金事務所まで提出していただくことで、引き落しを止めることができます。

※申請には通帳と金融機関の届出印が必要です

☎ 市民課（市役所1階） ☎88-8102 福井年金事務所 ☎0776-23-2316