



健康広場「なかの」

No.17

中野市国民健康保険

加入および脱退手続について

国民健康保険に加入している方が、お勤め先の健康保険に加入された場合や、お勤め先を離職などされた場合は、国民健康保険の手続きが必要になります。

★お勤め先の健康保険に加入された方は、お勤め先から発行された、健康保険証（本人および扶養者分）と市の国民健康保険証、届け出される方の印鑑をお持ちください。

★お勤め先を離職、退職などした場合は、お勤め先から発行された健康保険証と、届出される方の印鑑、届出される方の身分証明書（運転免許証など）をお持ちいただき、豊田支所および豊田支所の窓口で手続きができます。

まだ、手続きされていない方は、早めの手続をお願いします。また、お勤め先の方から保険証が発行される間に、市国民健康保険証を医療機関でお使いになった方は、お勤め先から発行された保険証が手元に届いたら、医療機関の窓口で保険証が変更になったことをお伝えください。

その他の届け出などについては、ご自宅にお送りしている「健康カレンダー」13ページにも記載してありますのでご覧ください。

お問い合わせ先
市役所福祉課国保医療係
☎22 2111（内線296）
豊田支所地域振興課市民生活係
☎38 3111（内線131）

▼平成21年度の中野市各種がん検診状況（人）

検診の種類	申込者数	受診者数	前年比	がん発見者数	
胃がん検診	5,196	2,556	75	5(3)	
大腸がん検診	6,382	3,566	155	12(4)	
肺がん検診	11,044	7,967	△274	1(2)	
乳がん検診	視触診・超音波	1,242	697	93	2(1)
	マンモグラフィ	1,805	1,296	45	2(1)
子宮がん検診	5,274	2,762	306	2(1)	
前立腺がん検診	1,901	1,363	131	5(4)	

カッコ内はH20年

今からでも各種健（検）診のお申し込みができます

肺がん検診は、すでに終了しましたが、その他の健（検）診については、お申し込みいただけます。

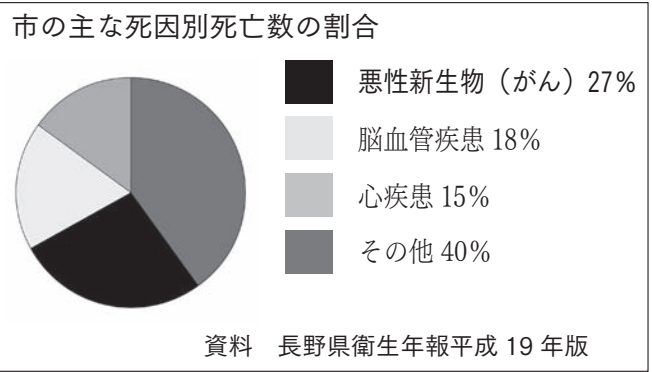
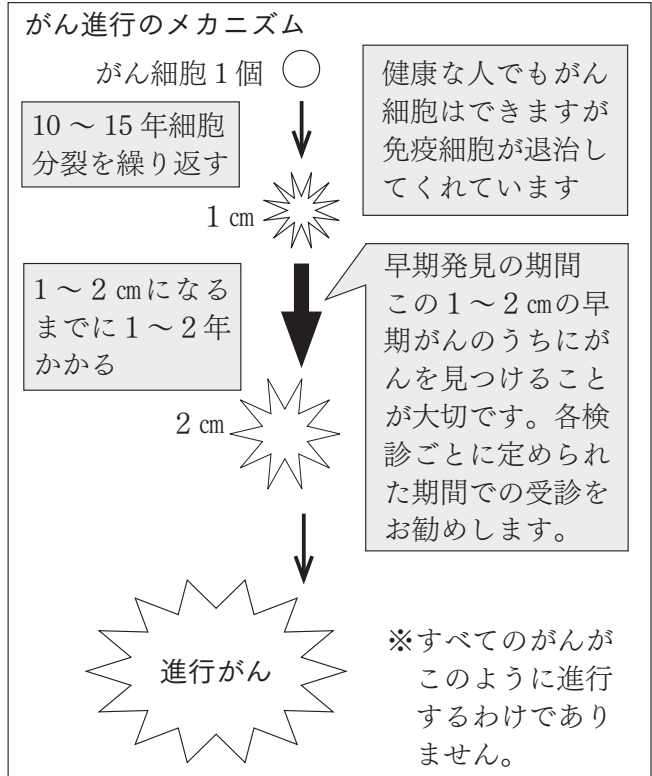
平成21年度はほとんどの検診で受診人数が増え、「がん」の発見人数も増加しました。受診者人数の増加は、多くの「がん」発見につながります。ぜひ、皆さんもがん検診を受診しましょう。

お問い合わせ先
市役所健康長寿課健康管理係
☎22 2111（内線242）

がん検診を受けましょう！

日本人の2人に1人弱が生涯がんになるといわれ、3人に1人が、がんで亡くなっています。しかし、早期発見すれば治癒率はぐんと上がり、今年度から大腸がん検診の採便容器を受診票と一緒に届けます。今度検診を申し込んだが、容器を取りに行けず受診できなかった方は検診を受けましょう。

女性特有のがん検診について
国の女性特有のがん検診推進事業により、平成21年度から市では、対象となる一定年齢の方に、乳がん（マンモグラフィ）検診または子宮がん検診の「無料クーポン券」と「検診手帳」をお送りいたします。この機会に検診を受けましょう。



特定健診・いきいき健診

お申し込みについて

対象者
① 19～39歳、満75歳以上の方
② 40～満74歳で中野市国民健康保険にご加入の方

申込方法
お電話などで、お申し込みいただいた後、問診票などをお送りします。

対象者
40～満74歳の協会けんぽ、健康保険組合、共済組合、国保組合などの被扶養者の方

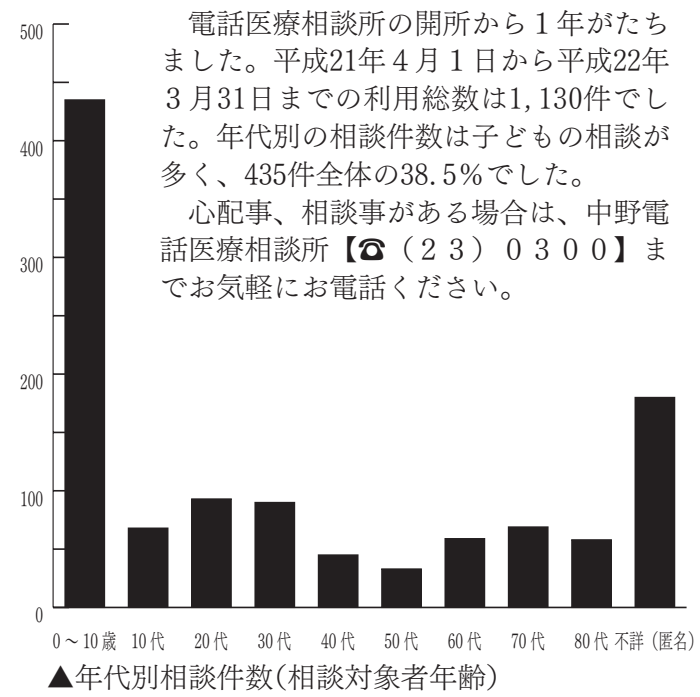
申込方法
加入医療保険者にお申し込みいただき、特定健診実施機関にご予約ください。加入保険の種類によっては、各地区公会堂で行う特定健診を受診できる方もいます。その場合の予約先は、助長野県健康づくり事業団になります。

事前申し込みがない場合は受診できません。

予約先：助長野県健康づくり事業団【健診予約専用】
☎0120(106)969

各種健診に関する問い合わせ
・申込先
市役所健康長寿課健康管理係
☎22 2111（内線242）

電話医療相談所 1年間の状況



歩いて健康！健康まつりに参加しよう

誰でも簡単にできるウォーキング。最近では健康のためにウォーキングを始める人が増えています。市内各地で開催している健康まつりでは、ウォーキングの効果や正しい歩き方などを知っていただくため、各地区のコースをめぐります。また、血圧測定や体脂肪測定も同時に実施しています。詳しくは、全戸配布しますチラシをご覧ください。大勢の皆さんのご参加をお待ちしています。



▲昨年の健康まつりの様子