

特定健診・がん検診等を  
受けるだけで「ひだかカード」  
のポイントがたまる!!  
最大1事業1回300ポイント!  
(事業によって付与ポイントが変わります。)



## 「健康づくりポイント事業」がスタート!

特定健診、後期高齢者健康診査、胃がん、肺がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がん、前立腺がん、肝炎ウィルス、骨そしょう症、エキノコックス検査、健康まつり

町では、健(検)診受診率の向上と地域の経済活性化を目的として、町が指定する健診等を受診すると、ひだかカード会が発行する「ひだかカード」のポイントをプレゼントします。



「ひだかカード」

### 【対象者】

日高町に住民票のある方(ただし、健(検)診については、生活保護世帯、町民税非課税世帯、40歳無料健診対象者、無料クーポン券対象者、職域健診(学校共済、市町村共済など)において補助券等を利用したの受診者は対象外となります。)

### 【内容】

町で実施する集団検診や各医療機関における個別健診等を受診した方に、ひだかカード会が発行する「ひだかカード」のポイントを付与します。農協組合員の方で、人間ドックおよび巡回ドック等を受診される方も対象となります。健康まつりに来場された方には、来場ポイントを付与します。

### 【対象事業】

- ①特定健診(国保加入者のみ)(300ポイント)・後期高齢者健康診査、胃がん、肺がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がん、前立腺がん、肝炎ウィルス、骨そしょう症、エキノコックス症検診(各100ポイント)
- ②健康まつり(来場ポイント100ポイント)

### 【手続き】

①町で実施する集団検診等(特定健診、各種がん検診、健康まつり)については、当日各会場でポイントを付与します。健診当日「ひだかカード」をご持参ください。「ひだかカード」をお持ちでない方は、「ひだかカード」の新規発行手続きも行います。

②町内または町外の医療機関で、町が委託した特定健診、各種がん検診を受診された場合は、医療機関等が発行する領収書と明細書、住所を確認できるものを持参の上、日高町役場健康福祉課、水・くらしサービスセンター、厚賀出張所、日高総合支所地域住民課まで手続きをお願いします。

### 【その他】

- ・今年度のポイント付与期限は、平成28年4月30日までです。
- ・「ひだかカード」の取扱いについては、日高町商工会(01456-2-6301)へお問い合わせください。
- ・健康づくりポイント事業は、平成27年7月1日より開始となっていますが、今年4月1日以降に受けた健(検)診についても、さかのぼって対象となります。

【お問い合わせ】 ご不明な点等があれば、お気軽にお問い合わせください。

日高町役場 健康福祉課 電話01456-2-6183  
日高総合支所地域住民課 電話01457-6-3173

## 妊産婦の方に商品券(5,000円分)を配布します！ こんにちは赤ちゃん・プレママ臨時サポート事業

今年度、北海道では経済的な負担を軽減するため、下記の給付対象の方で申請をされた方に対して、北海道内の取扱店でご利用頂ける商品券(5,000円分)を配布いたします。

### <給付対象の方>

平成27年1月1日～平成27年12月31日までの期間に「母子健康手帳」を交付された方で、申請時に北海道内に居住している方

### <申請方法>

#### ●9月1日から12月30日までに母子健康手帳の交付を受ける方

母子健康手帳交付時に「商品券交付申請書」をお渡ししますので、「申請書」に必要事項を記入し返信していただくことにより、北海道から商品券が送られます。

#### ●8月31日までに母子健康手帳の交付を受けている方

平成27年1月1日から8月31日までに母子健康手帳を交付された方は、母子健康手帳をご持参の上、役場健康福祉課、日高総合支所地域住民課、水・くらしサービスセンター、厚賀出張所にお越しください。「商品券交付申請書」をお渡しします。申請書は平成27年12月30日まで配布します。

<申請締め切り> 平成27年12月31日まで

<商品券ご利用期間> 平成27年10月1日～平成28年1月31日

このほか、詳細は特設ホームページ (<http://www.heartful-premama-hkd.jp>) をご覧ください。

### <お問い合わせ>

日高町役場健康福祉課健康づくりグループ 電話 01456-2-6183  
日高総合支所地域住民課健康・介護グループ 電話 01467-6-3173

## 上手な医療機関のかかり方

安心して安全な医療を受けるためには、医療機関と患者さんが情報を共有し、信頼と協力のもとで医療を実施する必要があります。受診する際の準備や心がまえを知り、上手に医療機関にかかりましょう。

### ○症状を的確に伝えましょう

いつから、どこが、どのように具合が悪いのか

今までかかった病気

現在飲んでいる薬、薬の副作用の経験やアレルギー歴などを医師に伝えましょう。

うまく伝えられるように、メモを書くなど準備しましょう。

### ○「診療時間内」に受診しましょう

救急のとき以外は、診療時間内に受診しましょう。

救急外来では、できる検査や治療が限られることがあります。

### ○不安やわからないことは、遠慮せず聞きましょう

不安に思うことやわからないことは、遠慮せずにしっかり聞きましょう。

また、検査方法や治療方法について、目的やそれともなうリスクなども確認しておきましょう。

### ○薬を受け取ったら、よく確認をしましょう

薬を受け取る際には薬の内容、用量、飲み方などを薬剤師に確認しましょう。

また、飲み合わせは大丈夫か、飲み忘れた場合の対応なども確認しましょう。

### ○「かかりつけ医」をもちましょう

日ごろの体調の相談や病気の早期発見、健康管理のアドバイスを受けることができます。

さらに専門的な検査などが必要な場合には、総合病院などを紹介してもらえます。