

**⑨平成30年度 国民健康保険・後期高齢者医療保険生活習慣病予防検診「人間ドック・脳ドック」費用助成のお知らせ**

**助成額** 人間ドック：20,000円、脳ドック：25,000円 ※個人負担額は検診費用との差額になります。  
**申込方法** 応募用紙に必要事項を記入の上、窓口で直接お申し込みください。応募用紙は笠間市役所本所または各支所の窓口に用意してあります。

**持ち物** 保険証（国民健康保険：国民健康保険証、後期高齢者：後期高齢者医療被保険者証）

**配布・受付期間** 4月6日（金）～20日（金）

**受付時間** 午前8時30分～午後5時15分（土・日曜日を除く）

窓口延長日は、午後7時30分まで受け付けます（岩間支所：火曜日、本所：水曜日、笠間支所：木曜日）。

※平成28年度または平成29年度に脳ドックの助成を受けた方、身体にペースメーカー・金属類を埋め込んでいる方、脳疾患で医師の治療を受けている方、閉所恐怖症の方は脳ドックのお申し込みはできません。

**注意事項**

- ・人間ドックを申し込まれた方は、笠間市（保健センター）で実施する特定健診や医療機関健診は受診できません。
- ・脳ドックを申し込まれた方は、笠間市（保健センター）で実施する特定健診を除いた各種がん検診は受診できます（脳ドックでは各種がん検診は行いません）。
- ・応募は一人1回のみで、複数応募した場合は無効となります。家族の名前で応募して別人が受けることもできません。
- ・応募者が定員を超えた場合は、後日抽選により当選者を決定・通知します。

**【国民健康保険】**

**対象** 平成30年4月1日現在40歳以上であり、受診日に74歳以下の笠間市国民健康保険の被保険者で、国民健康保険税を完納している世帯

※受診日に75歳の誕生日を迎える方は、誕生日以降は後期高齢者医療保険に該当となり、国民健康保険の資格を失いますので受診できません。後期高齢者医療の人間ドック・脳ドックにお申し込みください。

※妊娠している方は、脳ドックはお申し込みできません。

**注意事項**

- ・水戸済生会総合病院と茨城県立中央病院の人間・脳ドックは、病院指定の受診日となります（指定はできません）。
- ・ドック受診の結果、特定保健指導の対象となった方は、保健センター等で実施する特定保健指導を受けてください。
- ・補助金交付申請書を提出する際に、検査結果を実施結果報告や保健指導などに活用するため、笠間市と代行機関「茨城県国保連合会」に情報提供することについての同意をいただきます。

**⑩シェイプアップ体操を実施します**

仕事や家事、子育ての合間に運動の時間を取り入れてリフレッシュしませんか！ヨガやバレエの動き、椅子やマットを使ってのストレッチ体操や体のゆがみ矯正体操、エアロビクスやダンスの有酸素運動など、あらゆる運動を組み合わせ、楽しみながら体幹を鍛え、健康的な体づくりを目指します。まずは始めてみましょう。継続は力なりです。

事前の申し込みは不要です。直接会場へお越しください。

期日	時間	場所
4月6日（金）	午前10時～11時30分	笠間市民体育館 1階第1会議室（笠間市石井2068-1）
4月13日（金）		笠間市民体育館 2階第5会議室
4月20日（金）		笠間市総合公園 管理棟会議室（笠間市箱田867-1）

※どの回でも、また何回でもご参加いただけます。

※5月以降も継続します。場所は主に笠間市民体育館です。

**講師** フィットネスコーディネーター、県体育指導員 <sup>きむら さちこ</sup> 木村 幸子さん

**対象** 30歳以上の女性

**参加費** 各回800円

**持ち物** 室内用シューズ、ヨガマット（バスタオル等でも代用可）、汗ふきタオル、飲み物

**問** 高野 TEL 080-1156-5133

**⑪東日本大震災事業者再生支援機構による支援決定期間を延長します**

（株）東日本大震災事業者再生支援機構は、東日本大震災の影響により過大な債務を負った中小事業者の事業の再生を支援するため、国により設立された会社です。

今般、法改正が行われ、支援決定を行う期間が平成33年3月31日まで延長されることになりました。東日本大震災による直接・間接の被害を受けており、震災前の借入金がある中小企業に対し、事業再生計画の策定支援、金融機関等が有する債権の買取、支払猶予、利子の減免や債務保証などの支援を行います。

支援決定や事業再生計画の策定には数か月かかりますので、早めにご相談ください。

**問** （株）東日本大震災事業者再生支援機構

・水戸出張所 TEL 029-232-8112 受付：毎週火・水・木曜日、午前9時～午後6時

・東京本部業務部 TEL 03-6268-0180 受付：平日、午前9時～午後6時

**「かさめ〜る」にご登録ください**

「かさめ〜る」とは、メールアドレスを登録していただくことによって、市の情報を携帯電話やインターネット接続されたパソコンへメールを配信するサービスです。

**内容** ・行政情報 ・災害情報 ・防災無線情報 ・観光情報 ・火災情報  
 ・不審者情報 ・放射線情報

**料金** 登録無料（通信費は各自負担）

**登録方法** 市ホームページからご登録ください。（「かさめ〜る」で検索）

**問** 秘書課（内線227）



携帯電話から

笠間市立病院で、日曜・平日夜間初期救急診療を行っています  
 平日夜間 19時～21時（土曜日・祝日・年末年始を除く） 日曜日 9時～17時  
 TEL 0296-77-0034（電話確認のうえ、受診してください。）