

相談サービス

栄養相談

●日時  
事前に電話でお問い合わせください。  
●対象者・内容  
管理栄養士が生活習慣病予防の食事やダイエット食など食事に関する悩みに個別にアドバイスを行います。

要予約

健康相談

●日時  
事前に電話でお問い合わせください。  
●対象者・内容  
糖尿病や脂質異常症などの生活習慣病でお悩みの方に、個別に対応します。

要予約

電話相談

●日時  
月～金曜日(祝日は除く)  
8:30～17:00  
●対象者・内容  
からだや心の健康に関する相談ができます。

こころの相談

●日時  
事前に電話でお問い合わせください。  
●対象者・内容  
心の悩みや不眠、気になる行動などの相談に保健師が対応します。

要予約



保健サービス

スロージョギング教室

ゆっくり走るスロージョギングについて学べる教室です。何か手軽に運動を始めたい方にお勧めです。詳細は、P25、P31を参照



きらめき講座

健康的なからだづくりに効果的な食事や運動について学べる講座です。詳細はP23を参照



健康づくり推進員養成講座

健康づくりに関して学び、学んだことをより多くの人に情報発信する健康づくり推進員を養成する講座です。詳細は、広報ささぐり7月号をご覧ください。

出前講座

健康づくりに興味ある団体を対象に、保健師・管理栄養士が健康づくりに関する講座を行います。



健診結果説明会

「特定健診」や「健康診査」を受診された方に、健診結果を保健師や管理栄養士が個別に結果説明をしています。結果の見方がわかり、生活習慣病予防には効果的です。



【お問い合わせ先】 オアシス篠栗(健康課) ☎947-8888 月～金曜日(祝日は除く) 8時30分～17時

●国民健康保険制度

国民健康保険

国民健康保険は、被保険者の皆さんが病気やケガをした際に、安心して医療を受けられるよう加入者が保険税を出し合い、そこに国・県・町の補助金を加えてお互いに助けあって医療費の負担を分かちあう大切な制度です。

職場の健康保険や後期高齢者医療制度に加入している方、生活保護を受けている方を除く、町内に在住しているすべての人が国民健康保険に加入しなければなりません。具体的には、自営業の方や退職などで職場の健康保険をやめた方、パート・アルバイトなどで職場の健康保険に加入されていない方などが対象です。また、3ヶ月以上の在留が見込まれる外国籍の方も国民健康保険への加入が必要です。

マイナンバーカードが健康保険証として  
利用できます！



どこの病院や薬局で使えるの？

必要な機器を導入している病院や薬局で使えます。開始時期は、医療機関により異なります。



保険証は交付されなくなるの？

保険証はこれまでどおり交付します。

※利用には事前に登録が必要です。詳しくは右記までお問い合わせください。

問い合わせ先

マイナンバー  
総合フリーダイヤル

0120-95-0178



加入・脱退の手続きは14日以内に！



第三者行為による病気やケガ

交通事故をはじめ、第三者の行為によって傷病を受けた場合にも、国保で治療を受けることができます。本来、治療費は加害者が支払うものですが、一時的に国保が立替払いをして、あとから国保が加害者に費用の請求をします。示談の前に必ず国保に連絡をして、届け出るようにしてください。

第三者行為とは？

- 交通事故
- 暴力行為を受けた
- 他人の飼い犬に噛まれた
- 飲食店で食中毒にあった など

届け出について

- 交通事故にあったときには必ず警察に連絡をして「事故証明書」をもらってください。
- 「事故証明書」「保険証」「マイナンバー」「本人確認書類」をご持参のうえ、国保の窓口で「第三者行為による傷病届」などを提出してください。

※傷病の状況や、相手の保険加入状況などを記入します。

※詳細については、役場 住民課 国保・年金係にお尋ねください ☎947-1304